



## BRIGADEIRO VEGANO DE INHAME (BATATA DOCE) COM CACAU

 30.5 colheres de sopa

## INGREDIENTES

- 280 gramas de inhame cozido ou 280 gramas de batata doce cozida
- 130 gramas de açúcar mascavo
- 50 gramas de óleo vegetal, coco
- 30 gramas de cacau, pó seco, sem adoçante
- 20 gramas de açúcar, mascavo
- 100 mililitros de água fervente (100 g)

## MÉTODO DE PREPARO

- 1º Cozinhe o inhame: Se ainda não estiver pronto, cozinhe o inhame até ficar bem macio. Escorra e descasque.
- 2º Bata os ingredientes base: No liquidificador ou processador, adicione: o inhame cozido, os 130g de açúcar demerara, os 100g de água fervente. Bata até formar um creme bem liso e homogêneo.
- 3º Adicione os ingredientes substitutos do chocolate: Acrescente: 50g de óleo de coco (de preferência derretido), 30g de cacau em pó, 20g de açúcar demerara (para equilibrar o amargor do cacau). Bata novamente até incorporar tudo. A massa deve ficar cremosa, encorpada e com cor de brigadeiro.
- 4º Ajuste a textura (opcional): Se estiver muito firme, adicione pequenas colheres de água quente, aos poucos. Se estiver muito mole, leve à geladeira por 30 minutos para firmar.
- 5º Modele os brigadeiros: Com as mãos levemente untadas com óleo de coco, modele bolinhas do tamanho de brigadeiro tradicional.
- 6º Passe no granulado vegano: Role os brigadeiros no granulado sem leite (como o da marca Gobeche) e coloque em forminhas.
- 7º Refrigere: Leve à geladeira por pelo menos 1 hora antes de servir para ganhar mais firmeza.
- 8º Se quiser uma versão mais firme ainda (tipo brigadeiro de enrolar com mais estrutura), dá pra levar a mistura ao fogo baixo mexendo até soltar do fundo, como um brigadeiro tradicional.

## INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR COLHER DE SOPA (20 g)	% DDR
ENERGIA	218 kcal	44 kcal	2 %
CARBOIDRATOS	37 g	7 g	2 %
PROTEÍNA	2 g	0 g	0 %
GORDURA	9 g	2 g	3 %
GORDURAS SATURADAS	7 g	1 g	7 %
FIBRA ALIMENTAR	3 g	1 g	2 %
SÓDIO	11 mg	2 mg	0 %