

Sobremesas Bolos

Bolo de Cenoura e Chocolate

40 min. Fácil Económico 8 doses

Ingredientes

200 g de cenouras
240 g de açúcar amarelo
2 c. de chá de fermento em pó
200 g de Chocolate Preto 53% NESTLÉ Sobremesas
4 ovos
275 g de farinha
100 g de manteiga
raspas de casca de laranja cristalizada q.b.
2 c. de sopa de Natas LONGA VIDA
1 dl de óleo

Informação nutricional

Energia	626,1 kcal	31%*
Proteínas	7,4 g	15%*
Lípidos	33,8 g	48%*
Hidratos de Carbono	70,5 g	27%*

*DR - Doses de Referência para um adulto médio (8400 kJ / 2000 kcal)

Preparação

1. Unte a forma com manteiga e polvilhe com farinha. Pré-aqueça o forno a 180.º
2. Parta as cenouras em pedaços pequenos e triture-as com o óleo até ficarem puré.
3. Bata os ovos com o açúcar durante 5 minutos até obter um creme fofo e homogéneo. Sem parar de bater, junte a manteiga.
4. Delicadamente, adicione o puré de cenoura e a raspa de laranja. Envolva, de seguida, a farinha e o fermento devidamente peneirados.

5 Leve a massa ao forno cerca de 40 minutos ou até o palito sair seco. Retire e deixe arrefecer um pouco antes de desenformar.

6 Prepare a cobertura levando o chocolate, a manteiga e as natas a derreter em banho maria. Mexa, de vez em quando, até o creme ficar liso e brilhante.

7 Cubra o bolo e decore com raspas de laranja. Deixe arrefecer e sirva.