



Sobremesas

Bolos

Bolo de iogurte

🕒 65 min.

🔧 Fácil

💰 Económico

🍴 10 doses

Ingredientes

190 g de iogurte Grego NESTLÉ YAOS NATURAL

210 g de farinha de trigo

110 ml de azeite

200 g de açúcar

2 ovos

raspa de 1 laranja

1/2 c. de chá de sal

2 c. de chá de fermento em pó

manteiga e farinha q.b. para untar forma

Informação nutricional

Energia	290,0 kcal	14%*
Proteínas	3,9 g	8%*
Lípidos	14,1 g	20%*
Hidratos de Carbono	36,8 g	14%*

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

Preparação

- 1 Pré-aquece o forno a 180°C.
- 2 Numa taça grande, combina bem a farinha, o fermento em pó e o sal. Reserva.
- 3 Junta os ovos e açúcar numa taça e bate até ficar cremoso. Acrescenta a raspa de laranja e o azeite e mexe novamente. Junta o iogurte e envolve até estar bem incorporado na mistura.
- 4 Verte a mistura líquida na taça com a farinha e combina todos os ingredientes com a ajuda de uma colher.
- 5 Unta uma forma para bolos com buraco com a manteiga e polvilha com farinha.

- 6 Verte a mistura na forma e leva ao forno durante 40-45 minutos ou até ficar levemente tostado e cozido no interior (confere com o teste do palito).
- 7 Retira do forno e deixa arrefecer.
- 8 Serve acompanhado de uma colherada de iogurte grego NESTLÉ YAOS, um fio de mel e pistachios picados.