



Sobremesas Bolos

## Bolo de batata-doce e chocolate negro

🕒 45 min.

👤 Fácil

💰 Económico

🍴 8 doses

### Ingredientes

- 500 g de batata-doce
- 4 ovos
- 150 g de chocolate negro NESTLÉ
- 1 c. de sopa de farinha
- 1 c. de chá de fermento em pó

### Informação nutricional

|                            |            |      |
|----------------------------|------------|------|
| <b>Energia</b>             | 189,0 kcal | 9%*  |
| <b>Proteínas</b>           | 2,7 g      | 5%*  |
| <b>Lípidos</b>             | 6,0 g      | 9%*  |
| <b>Hidratos de Carbono</b> | 30,3 g     | 12%* |

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

### Preparação

- 1 Comecem por cozer a batata-doce e triturar até obter um puré. Deixem arrefecer completamente antes de continuar a receita.
- 2 Derretam o chocolate e reservem.
- 3 Misturem os ovos, um a um, com a batata-doce, envolvam o chocolate, a farinha e o fermento e levem ao forno, numa forma pequena, forrada com papel vegetal.
- 4 O forno deve estar pré-aquecido a 180°C e o bolo deve cozer durante cerca de 25 minutos.