Minichefs em Ação

Liceu Santista

Receitas Especiais

Nutricionista Carina Schena
CRN 22408

Cupcake integral de cenoura e chocolate

Ingredientes:
100 ml de óleo de girassol
4 ovos
2 cenouras médias raladas ou bem picadinhas
½ xícara (chá) de aveia
½ xícara (chá) de farinha de arroz ou de trigo
½ xícara (chá) de farinha trigo integral
½ xícara(chá) de açúcar demerara
1 colher (sopa) de fermento em pó
Chocolate amargo picado ou gotinhas de chocolate

Modo de preparo:
Bater no liquidificador os três primeiros ingredientes e em seguida adicionar os demais
Por último, misturar bem o fermento em pó
Pré-aquecer o forno a 180 graus
Separar as forminhas de silicone de *cupcake (*caso não tenha, pode usar forminhas de papel próprias para assar)
Adicionar chocolate amargo picado ou gotinhas de chocolate
Asse por cerca de 25 minutos ou até espetar um palito e ele sair sequinho.

Rendimento:
25 unidades