



Bolos sem Glúten



SUMÁRIO



Direitos Autorais.....	1
BOLOS.....	2
Bolo de Milho.....	3
Brownie.....	4
Bolo Pão de Ló - Massa Básica.....	5
Bolo Cremoso de Mandioca.....	6
Bolo de Frutas Cristalizadas.....	7
Bolo de Chocolate com Cobertura.....	8
Bolo Formigueiro.....	9
Bolo Japonês.....	10
Bolo de Coco com Aveia.....	11
Bolo de Cenoura com Brigadeiro.....	12
Bolo de Fubá com Coco.....	13
Bolo de Laranja.....	14
Bolo de Maça com Aveia.....	15
Bolo de Mandioca com Coco.....	16
Bolo de Maça.....	17
Bolo Invertido de Abacaxi.....	18
Bolo Nuvem de Limão.....	19
Brownie II.....	20
Rocambole de Morango.....	21
Cuca Alemã.....	22
Bolo Salgado.....	24
Bolo de Laranja com Calda.....	25
Bolo de Fubá.....	26
Muffins de Coco.....	27
Bolo Mesclado.....	28
Bolo de Cenoura.....	29
Bolo de Banana com Passas.....	30
Bolo Chiffon de Nozes.....	31
Bolo de Pão de Queijo.....	32
Naked Cake de Leite Ninho.....	33
Pão de Ló Dois Amores.....	34
Bolo Decorado.....	35
Bolo de Limão.....	37
Bolo Castella de Limão.....	38
Bolo de Coco.....	39
Bolo de Chocolate.....	40
Bolo de Maracujá.....	41
Bolo Pão de Ló - Massa Básica.....	42
Conclusão.....	43



BOLO DE MILHO

ingredientes

• 1 lata de fubá (170g) 1/2 lata de adoçante xilitol 1/3 lata de azeite de oliva extra virgem 3 ovos 1 lata de milho em conserva escorrido (170g) 1 lata de leite (qualquer tipo) (170g) Pitada de sal 1 colher de chá de fermento em pó Royal para bolos

•

•

modo de prepara

1. Pré-aqueça o forno a 190 graus Celsius.
2. No liquidificador, coloque os ovos, o milho escorrido, o leite, o fubá, o adoçante xilitol, o azeite de oliva extra virgem e uma pitada de sal.
3. Bata todos os ingredientes no liquidificador até obter uma massa homogênea.
4. Adicione o fermento em pó e bata novamente até incorporar na massa.
5. Despeje a massa em uma forma de pudim (20 cm de diâmetro x 7 cm de altura), previamente untada.
6. Asse no forno pré-aquecido por aproximadamente 45 minutos, ou até que, ao inserir um palito no centro, este saia seco.
7. Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de transferi-lo para uma grade para esfriar completamente.
8. Sirva o Bolo de Milho em temperatura ambiente.



BROWNIE

ingredientes

- 1/2 xícara de açúcar
- Baunilha a gosto
- 200 g de chocolate meio amargo ou ao leite picado
- 100 g de manteiga
- 3 ovos inteiros
- 1 xícara de Farinha De Arroz

modo de preparo

1. Ligue o forno a 180 graus Celsius para pré-aquecer enquanto você prepara a massa.
2. Unte uma forma de 17x23 cm com manteiga ou forre com papel manteiga. Isso facilitará na remoção do brownie após assar.
3. Em banho-maria ou no micro-ondas, derreta o chocolate meio amargo ou ao leite junto com a manteiga. Mexa bem até obter uma mistura homogênea. Reserve para esfriar um pouco.
4. Em uma tigela grande, bata os ovos inteiros com o açúcar até obter uma mistura clara e aerada.
5. Despeje a mistura de chocolate e manteiga derretidos na tigela dos ovos e açúcar. Misture bem.
6. Gradualmente, adicione a farinha de arroz à mistura, mexendo delicadamente. Certifique-se de que não haja grumos.
7. Adicione algumas gotas de baunilha a gosto. Mexa bem para distribuir o sabor.
8. Despeje a massa na forma preparada, espalhando-a uniformemente.
9. Coloque a forma no forno pré-aquecido a 180 graus Celsius e asse por aproximadamente 20 minutos. Se preferir um brownie mais molinho, reduza o tempo de cozimento.
10. Faça o teste do palito: insira um palito no centro do brownie; se sair com algumas migalhas úmidas, está pronto.
11. Deixe o brownie esfriar na forma por alguns minutos antes de transferi-lo para uma grade. Após esfriar completamente, corte em pedaços do tamanho desejado.



BOLO PÃO DE LÓ - MASSA BÁSICA

ingredientes

- 200ml de leite 100ml de óleo 4 ovos (gemas e claras
- separadas) 120g de açúcar 50g de polvilho doce 200g
- de farinha de arroz super fina 1/2 colher de chá rasa
- de fermento químico Royal
-
-
-

modo de preparo

1. Pré-aqueça o forno a 160-170 graus Celsius.
2. Em uma tigela, bata as claras separadamente com o açúcar até formar um merengue firme. Reserve.
3. Em outra tigela, misture as gemas, o óleo, o leite, o polvilho doce, a farinha de arroz e, por último, o fermento químico Royal.
4. Acrescente as claras batidas com açúcar à mistura, incorporando aos poucos com movimentos delicados de baixo para cima.
5. Despeje a massa em uma forma redonda com fundo removível de 20 x 7 cm (ou forrada com papel manteiga).
6. Não é necessário untar a forma. Asse no forno pré-aquecido por aproximadamente 50 minutos, mas faça o teste do palito para verificar se está pronto. Insira um palito no centro; se sair seco, o bolo está assado.
7. Você pode congelar a massa por até 3 meses.
8. Após esfriar, recheie a gosto. Pode ser recheado com cremes, frutas, o coberto com chantilly.

Obs.: Essa massa básica de Pão de Ló é versátil e pode ser adaptada com diferentes recheios e coberturas, conforme a sua preferência.



BOLO CREMOSO DE MANDIOCA

ingredientes

- 4 ovos
- 1 xícara de açúcar
- 1/2 xícara de queijo ralado
- 2 colheres cheias de manteiga ou margarina
- 4 xícaras de mandioca cortada em cubinhos
- 1 pacote de coco ralado se você gostar (se quiser pode usar coco em flocos)

modo de preparo

1. Bata os ingredientes no liquidificador.
2. Vá batendo e colocando a mandioca aos poucos.
3. O coco ralado vai por último pra evitar dele desmanchar muito na massa.
4. Forma untada com margarina, forno pré-aquecido a 200° graus, ficará no forno por aproximadamente 30 min. ou até dourar.

Obs.: Para deixar a casquinha do mané pelado mais suculenta, pincele manteiga nela antes de cortar os pedaços.



BOLO DE FRUTAS CRISTALIZADAS

ingredientes

- 200ml leite de amêndoas
- 100ml óleo de coco
- 120g açúcar demerara
- 4 ovos
- 200g farinha de arroz
- 1 colher (sopa) fermento em pó
- 50g polvilho doce
- 1 xícara frutas cristalizadas

modo de preparo

1. Em uma batedeira bata os ovos com o açúcar até formar um creme claro e dobrar de tamanho.
2. Em seguida adicione o óleo e o polvilho doce. Bata novamente.
3. Vá adicionando a farinha de arroz e alternando com o leite.
4. Adicione as frutas e o fermento em pó.
5. Transfira para uma forma de 20cm untada e enfarinhada.
6. Leve ao forno por 30 minutos a 200 graus!
7. Polvilhe açúcar de confeiteiro a gosto.



BOLO DE CHOCOLATE COM COBERTURA

ingredientes

- 100 g de açúcar
- 200 g de creme de leite
- 50 g de chocolate empó 70% cacau
- 90 g de farinha de arroz
- 6 ovos
- 80 ml de óleo

Cobertura Brigadeiro Cremoso:

- 1 colher de sopa de manteiga
- 2 colheres de chocolate em pó
- 395 g de leite condensado
- Granulados a gosto (decoreção)
- 200 g de creme de leite

modo de preparo

1. Pré-aqueça o forno a 180 graus Celsius.
2. Em uma tigela grande, bata os ovos até obter uma mistura fofa e clara.
3. Adicione o óleo, o creme de leite, a farinha de arroz, o chocolate em pó e o açúcar. Misture bem até formar uma massa homogênea.
4. Despeje a massa em uma forma de sua preferência, previamente untada.
5. Asse no forno pré-aquecido por aproximadamente 40 minutos, ou até que o bolo esteja firme e um palito inserido no centro saia limpo.
6. Retire o bolo do forno e deixe esfriar completamente.
7. Em uma panela, misture o leite condensado, o creme de leite, a manteiga e o chocolate em pó.
8. Leve ao fogo médio, mexendo sempre, até começar a ferver.
9. Cozinhe por aproximadamente 5 minutos após a fervura, mexendo continuamente, até obter uma consistência cremosa.
10. Retire do fogo e deixe a cobertura esfriar.
11. Espalhe a cobertura de brigadeiro cremoso sobre o bolo já frio.
12. Decore com granulados a gosto.
13. Deixe a cobertura firmar antes de cortar e servir.
14. Sirva o Bolo de Chocolate com Cobertura de Brigadeiro Cremoso e aproveite!



BOLO FORMIGUEIRO

ingredientes

- 110 g de açúcar
- 200 g de farinha de arroz
- 50 g de polvilho doce
- 100 ml de óleo
- 4 ovos (gemas e claras separadas)
- 2 colheres de chá de essência de baunilha
- 1 colher de chá rasa de fermento Royal
- 50 g de chocolate granulado
- 200 ml de leite sem lactose ou leite vegetal

modo de preparo

1. Pré-aqueça o forno a 200 graus Celsius.
2. Em uma tigela grande, bata as gemas com o açúcar até obter uma mistura clara e fofa.
3. Adicione a farinha de arroz, o polvilho doce, o óleo, a essência de baunilha, o fermento e o leite. Misture bem até obter uma massa homogênea.
4. Em outra tigela, bata as claras em neve e incorpore-as delicadamente à massa.
5. Adicione o chocolate granulado à massa e misture.
6. Despeje a massa em uma forma redonda com furo no meio, de 24,5 x 6 cm, previamente untada com margarina ou óleo.
7. Asse no forno pré-aquecido por aproximadamente 40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.
8. Deixe o bolo esfriar por alguns minutos antes de desenformar.
9. Desenforme cuidadosamente o bolo e deixe esfriar completamente em uma grade.
10. Corte o bolo em fatias e sirva.
11. Aprecie o Bolo Formigueiro!



BOLO JAPONÊS

ingredientes

- 80g de açúcar
- 30g de polvilho doce
- 80g de manteiga ou margarina
- 150ml de leite
- 120g de farinha de arroz
- 5ovôs (55ga60g cada)

modo de prepara

1. Pré-aqueça o forno a 180 graus Celsius.
2. Separe as gemas das claras dos ovos.
3. Em uma tigela grande, bata as gemas com o açúcar até obter uma mistura clara e fofa.
4. Adicione a farinha de arroz, o polvilho doce, a manteiga (ou margarina) derretida e o leite à mistura de gemas. Mexa bem até obter uma massa homogênea.
5. Em outra tigela, bata as claras em neve até formar picos firmes.
6. Incorpore delicadamente as claras em neve à massa, misturando com movimentos suaves de baixo para cima até que a massa esteja uniforme.
7. Despeje a massa em uma forma de 14 x 20 cm, com 7 cm de altura, forrada com papel manteiga.
8. Asse no forno pré-aquecido por aproximadamente 40-45 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.
9. Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de transferi-lo para uma grade para esfriar completamente.
10. Corte o bolo em fatias e sirva.
11. Este Bolo Japonês é ideal para ser apreciado com chá, café ou leite. Evite confeitaria, mas se desejar, sirva com chantilly do lado.
12. Desfrute da textura úmida e delicada deste bolo japonês!

Obs.: Pode ser assado em banho-maria ou diretamente, escolha a opção que preferir. O método em banho-maria tende a resultar em um bolo mais úmido.



BOLO DE COCO COM AVEIA

ingredientes

- 50 g de amido de milho 100 g de açúcar 200 ml
- de leite de coco (1 vidrinho) 5 ovos médios 100 g
- de farelo de aveia 80 g de farinha de aveia 50 g
- de óleo de coco 1 colher de sopa rasa de
- fermento em pó Royal
-
-
-

Cobertura:

- Leite de coco até dar ponto (aproximadamente 3 colheres de sopa)
- 100 g de açúcar confeiteiro ou 1 xícara de chá
- Coco ralado grosso (para salpicar sobre o bolo)
- Coco ralado fino

modo de preparo

1. Pré-aqueça o forno a 170-180 graus Celsius.
2. Em uma tigela grande, misture o farelo de aveia, a farinha de aveia, o amido de milho, o óleo de coco, o açúcar, o fermento em pó e os ovos. Mexa bem até formar uma massa homogênea.
3. Adicione o leite de coco à mistura, incorporando-o delicadamente à massa.
4. Despeje a massa em uma forma de 24 cm x 7 cm de altura, previamente untada.
5. Asse no forno pré-aquecido por aproximadamente 35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.
6. Deixe o bolo esfriar por alguns minutos na forma antes de transferi-lo para uma grade para esfriar completamente.
7. Em uma tigela, misture o açúcar confeiteiro com o leite de coco até obter uma consistência cremosa.
8. Espalhe a cobertura sobre o bolo já frio. Salpique coco ralado fino sobre a cobertura. Para decorar ainda mais, polvilhe coco ralado grosso sobre o bolo.
9. Corte o bolo em fatias e sirva. Desfrute deste delicioso Bolo de Coco com Aveia, uma opção saudável e saborosa!



BOLO DE CENOURA COM BRIGADEIRO

ingredientes

- 250 g de cenoura (ou 3 cenouras médias) cruas
- 100 g de açúcar
- 100 ml de azeite ou óleo
- 4 ovos
- 100 g de farinha de arroz
- 1 colher de chá de fermento em pó Royal

Cobertura de Brigadeiro Cremoso:

- 1 caixinha de creme de leite (200 g)
- 1 colher de sopa de margarina
- 2 colheres de sopa de chocolate em pó 50% cacau
- 1 caixinha de leite condensado (395 g)

modo de preparo

1. Pré-aqueça o forno a 180-190 graus Celsius.
2. Triture as cenouras com o azeite até obter um purê. Reserve.
3. Em uma vasilha, bata as claras com o açúcar até formar um merengue. Reserve.
4. Em outra vasilha, misture as gemas com o purê de cenoura e as farinhas de arroz.
5. Adicione aos poucos as claras batidas com açúcar (merengue) à mistura de cenoura e farinhas, incorporando delicadamente.
6. Coloque a massa em uma forma redonda de 20 cm com fundo removível ou forrada com papel manteiga.
7. Asse no forno pré-aquecido por aproximadamente 40 minutos.
8. Após retirar do forno, dê algumas batidas na forma para liberar o ar quente de dentro. Deixe esfriar completamente antes de desenformar.
9. Em uma panela, misture o leite condensado, o creme de leite, o chocolate em pó e a margarina.
10. Leve ao fogo e, quando começar a ferver, reduza o fogo e cozinhe por 5 minutos.
11. Deixe a cobertura esfriar. Após o bolo esfriar, coloque a cobertura de brigadeiro cremoso sobre o bolo.
12. Sirva o Bolo de Cenoura com a deliciosa cobertura de brigadeiro cremoso.
13. Uma opção menos calórica, você pode saborear o bolo sem a cobertura.



BOLO DE FUBÁ COM COCO

ingredientes

- 3 ovos
- 1/2 xícara de óleo
- 1 xícara de açúcar demerara
- 1 xícara de leite vegetal
- 1 xícara de fubá mimoso
- 1/2 xícara de mix de farinha sem glúten (usei mix 1)
- 50g de coco ralado (desaquinho)
- 1 colher de sopa de fermento em pó

modo de preparo

1. Comece pré-aquecendo o forno a 180°C.
2. No liquidificador, bata os ovos, o açúcar, o óleo e o leite por uns 2 a 3 minutos.
3. Em outro recipiente, misture o fubá, o mix de farinha e o coco.
4. Acrescente os líquidos na mistura das farinhas, aos poucos, incorporando com um fouet (ou o utensílio que possuir).
5. Finalize com o fermento, mexendo devagar.
6. Unte uma forma retangular grande e polvilhe açúcar por cima.
7. Coloque a massa e leve para assar a 180°C por cerca de 20 a 25 minutos ou até o palito sair limpo e o bolo ficar dourado.
8. Espere esfriar e sirva.



BOLO DE LARANJA

ingredientes

- 3 ovos (separe as gemas das claras)
- 3/4 xícara açúcar demerara ou adoçante
- 1 xícara suco de laranja
- 1/3 xícara óleo da sua preferência
- 1 xícara e 1/2 de farinha de arroz
- 1/2 xícara polvilho doce
- 1 colher (sopa) fermento em pó

modo de preparo

1. Em uma batedeira bata as claras até em ponto de neve.
2. Em seguida, adicione as gemas.
3. Bata novamente.
4. Vá adicionando o açúcar ou adoçante aos poucos.
5. Em seguida o óleo.
6. Por fim, as farinhas, o suco e o fermento.
7. A massa fica um pouquinho líquida mesmo.
8. Transfira para uma forma e leve ao forno por 30 minutos a 200 graus!
9. Finalize com adoçante.

Obs.: Para a calda utilizei suco de laranja e adoçante a gosto. Leve ao fogo até ferver.
Medida da xícara: 240ml



BOLO DE MAÇA COM AVEIA

ingredientes

- 2 ovos
- 2 colheres de sopa de açúcar demerara
- 1/4 xícara de óleo
- 1 maçã (metade será picada em cubos)
- 3/4 xícara de aveia em flocos grossos sem glúten
- 1 colher de chá de fermento em pó

modo de preparo

1. Pré-aqueça o forno a 180°C.
2. No liquidificador, bata os ovos, o açúcar, metade da maçã e o óleo.
3. Depois que tiver homogêneo, junte a aveia em flocos e bata novamente.
4. Em outro recipiente, coloque os líquidos do liquidificador e a outra metade da maçã picada.
5. Finalize com o fermento.
6. Unte e enfarinhe uma forma de bolo inglês pequena (15cm x 7cm).
7. Leve para assar até o palito sair limpo e o bolo ficar dourado.
8. Aqui demorou cerca de 20 a 25 minutos.



BOLO DE MANDIOCA COM COCO

ingredientes

- 280g de mandioca crua
- 2 colheres de sopa de óleo
- 2 ovos
- 3/4 de xícara de açúcar demerara
- 50g de coco ralado desidratado de saquinho
- 200 ml de leite de coco de vidrinho
- 1 colher de sobremesa de fermento
- Coco em flocos (opcional)

modo de prepara

1. Pegue metade da mandioca e rala no grosso e reserve.
2. A outra metade, corte em pedaços pequenos e coloque no liquidificador junto com os ovos, o açúcar, o leite de coco e o óleo.
3. Bata bem até não tenha mais nenhum pedaço de mandioca.
4. Em um outro recipiente, coloque a mandioca ralada e o coco. Despeje a mistura do liquidificador e mexa bem.
5. Por último, coloque o fermento, mexendo delicadamente.
6. Unte uma forma média ou duas pequenas com óleo e polvilhe farinha de arroz.
7. Coloque a massa e despeje coco em flocos por cima.
8. Leve para assar, em forno preaquecido a 180°C, até dourar em cima e o palito sair quase limpo. Aproximadamente 35 a 40 minutos.
9. Espere esfriar para cortar.



BOLO DE MAÇA

ingredientes

- 4 maçãs gala
- 4 ovos
- 100 ml de óleo
- 1/2 xícara de leite vegetal
- 160g de farinha de arroz
- 140g de farinha de castanha de caju
- 150g de açúcar mascavo
- 1 colher de sopa de canela
- 13g de fermento em pó
- 1 grama de goma xantana
- Baunilha, cravo, canela e noz moscada a gosto

modo de preparo

1. Descasque as maçãs, pique duas e reserve. Separe as claras das gemas dos ovos.
2. Bata as gemas no liquidificador com as outras maçãs, óleo e açúcar.
3. Adicione leite para bater melhor. Em uma batedeira, coloque as claras e bata até o ponto de neve, por aproximadamente 10 minutos.
4. Despeje o líquido do liquidificador em um recipiente junto com as farinhas, a canela e as demais especiarias.
5. Misture até atingir uma consistência homogênea e acrescente o fermento.
6. Adicione as claras em neve e mexa delicadamente.
7. Em uma forma untada com fundo removível, despeje o líquido.
8. Coloque as maçãs picadas e, com o auxílio de uma faca, empurre-as para baixo para entrar na massa.
9. Polvilhe canela e açúcar.
10. Leve ao forno a 180°C por cerca de 50 minutos. Espere esfriar, desenforme e sirva.



BOLO INVERTIDO DE ABACAXI

ingredientes

- 4 ovos (separar claras e gemas)
- 120g açúcar demerara
- 50g polvilho doce
- 200g farinha de arroz (uso da urbano)
- 100ml óleo da sua preferência
- 200ml leite desnatado ou vegetal
- 1 abacaxi cortado em rodela
- 1 colher (chá) fermento em pó

Caramelo:

- 1/2 xícara açúcar demerara
- 2 colheres (sopa) água

modo de preparo

1. Para o caramelo comece levando o açúcar ao fogo mexendo sempre até dourar.
2. Depois de dourado, acrescente a água e mexa até ficar homogêneo.
3. Numa tigela misture as gemas, o óleo, o leite, o polvilho, a farinha de arroz e por último o fermento.
4. Após isso, vá acrescentando o merengue aos poucos.
5. Em uma forma de 20cm coloque os abacaxis cortados em rodela.
6. Por cima, adicione o caramelo. E após adicione a massa.
7. Leve ao forno por 30 minutos a 200 graus ou quando ficar dourado por cima.



BOLO NUVEM DE LIMÃO

ingredientes

- 5 ovos 3/4 xícara açúcar demerara 1/2 xícara óleo da sua preferência
- Suco de 1/2 limão Raspas de 1 limão 1 xícara + 1/4 de mix de farinha sem glúten (usei o mix 1). 1 colher (sopa) fermento em pó
-
-
-

modo de preparo

1. Bata deira, bata os ovos com o açúcar até dobrar de tamanho e formar um creme.
2. Adicione o óleo, o suco de limão e as raspas.
3. Bata novamente.
4. Acrescente a farinha e por fim o fermento.
5. Transfira para uma forma untada e enfarinhada.
6. Leve ao forno por aproximadamente 30 minutos a 200 graus ou quando ficar dourado por cima.



BROWNIE II

ingredientes

- 100 g de açúcar mascavo
- 50 g de chocolate empó 50% cacau
- 80 g de farinha de arroz
- 1 colher de chá de café solúvel (opcional, para aroma)
- 1 colher de chá de essência de baunilha
- 220 g de chocolate meio amargo derretido
- 100 g de manteiga derretida
- 5 ovos
- 20 ml de azeite ou óleo

modo de preparo

1. Ligue o forno a 180 graus Celsius para pré-aquecer enquanto você prepara a massa. Unte uma forma de 21x28 cm e forre com papel manteiga para facilitar a remoção do brownie.
2. Em banho-maria ou no micro-ondas, derreta o chocolate meio amargo com a manteiga. Mexa bem até obter uma mistura homogênea. Reserve para esfriar.
3. Ao chocolate derretido, adicione a essência de baunilha, o café solúvel (se estiver usando) e o azeite ou óleo. Mexa até incorporar bem.
4. Em uma tigela separada, misture a farinha de arroz, o chocolate em pó, o açúcar mascavo. Certifique-se de que não há grumos.
5. Adicione os ovos à mistura líquida e mexa bem até que fiquem bem incorporados.
6. Gradualmente, adicione os ingredientes secos à mistura líquida, mexendo constantemente para evitar grumos.
7. Despeje a massa na forma preparada, nivelando-a. Asse no Forno Pré-aquecido:
8. Coloque a forma no forno pré-aquecido a 180 graus Celsius e asse por 30 a 35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia com algumas migalhas úmidas.
9. Deixe o brownie esfriar na forma por alguns minutos antes de transferi-lo para uma grade. Após esfriar completamente, corte em pedaços do tamanho desejado.



ROCAMBOLE DE MORANGO

ingredientes

- 6 gemas
- 50 ml de óleo
- 200 g de creme de leite
- 160 g de farinha de arroz (URBANO)
- Baunilha a gosto

Recheio e Cobertura:

- 600 g de nata batida
- 5 colheres de sopa de açúcar
- Raspas de chocolate meio amargo
- Morangos picados

modo de prepara

1. Pré-aqueça o forno a 180 graus Celsius.
2. Em uma tigela, misture as gemas, óleo, creme de leite, farinha de arroz e baunilha a gosto. Mexa até obter uma massa homogênea.
3. Despeje a massa em uma forma (27 x 37 cm) previamente untada.
4. Asse no forno pré-aquecido por aproximadamente 30 minutos, ou até que o bolo esteja dourado e firme ao toque.
5. Em uma tigela, bata a nata até atingir o ponto de chantilly.
6. Adicione o açúcar e continue batendo até obter um creme firme.
7. Desenforme o bolo sobre um pano úmido.
8. Espalhe o recheio de nata batida sobre a massa do bolo.
9. Adicione raspas de chocolate meio amargo e morangos picados.
10. Com cuidado, enrole o rocambole a partir do lado mais longo.
11. Decore a parte superior com mais nata batida, raspas de chocolate e morangos.
12. Sirva gelado e aproveite esse delicioso rocambole de morango!

Obs.: Certifique-se de que o bolo esteja completamente frio antes de adicionar o recheio e a cobertura.



CUCA ALEMÃ

ingredientes

Massa:

- 1/2 colher de chá de sal
- 1 colher de sopa rasa de canela em pó (opcional)
- 10 g de fermento biológico seco
- 7 g de fermento químico para bolos
- 5 g de goma xantana
- 30 g de açúcar
- 30 g de fécula de batata
- 90 g de polvilho doce
- 100 g de amido de milho
- 200 g de farinha de arroz
- 2 ovos
- 50 ml de azeite, óleo ou manteiga derretida
- 350 ml de leite comum ou leite vegetal

Fafora Doce:

- 1/2 copo de açúcar (200 ml)
- 2 colheres de sopa rasas de amido de milho
- 1/2 copo de farinha de arroz (200 ml)
- 1 colher de chá de canela em pó (opcional)
- 3 colheres de sopa de margarina ou manteiga

Recheio:

- Doce de leite ou Goiabada

modo de prepara

1. Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, amido de milho, polvilho doce, açúcar, fécula de batata, fermento biológico seco, goma xantana, fermento químico para bolos e sal.
2. Adicione os ovos, azeite (ou óleo ou manteiga derretida) e o sal. Misture bem até obter uma massa homogênea.
3. Se desejar, adicione canela em pó à massa e misture novamente.
4. Cubra a massa e deixe-a descansar em um local aquecido até dobrar de tamanho.
5. Em uma tigela, misture a margarina ou manteiga, açúcar, farinha de arroz, amido de milho e canela em pó (opcional). Mexa até formar uma farofa úmida.
6. Pré-aqueça o forno a 200 graus Celsius.
7. Em uma forma de aproximadamente 19 x 25 cm, estenda a massa até cobrir o fundo.
8. Deixe a massa crescer novamente.
9. Distribua o doce de leite ou goiabada sobre a massa.
10. Espalhe a farofa doce uniformemente sobre o recheio.
11. Leve ao forno pré-aquecido e asse por aproximadamente 40 minutos, ou até que a cuca esteja dourada.
12. Retire do forno e deixe esfriar antes de cortar em porções.

Obs.: O pulo do gato é deixar a massa crescer antes de adicionar o recheio e a farofa.



BOLO SALGADO

ingredientes

- 1 pão sem glúten fatiado
- Purê de batata
- Pepino picado
- Cenoura ralada
- Cebola
- Azeitonas picadinhas
- Maionese
- Vinagre
- Pimenta do reino
- Sal
- Peito de frango cozido, temperado e desfiado
- Plástico para forrar a forma
- Batatas palha (para salpicar)
- Ingredientes para decoração agosto

modo de preparo

1. Prepare o purê de batata de acordo com suas preferências e reserve.
2. Em uma tigela, misture os ingredientes até formar um patê de frango.
3. Forre a forma do pão com plástico, garantindo que haja uma sobreposição para facilitar a remoção.
4. Coloque uma fatia de pão sem glúten, seguida por uma camada de purê de batata e, em seguida, o recheio de frango e vegetais. Repita as camadas conforme necessário. Após a última camada, cubra a forma com mais plástico e leve à geladeira por pelo menos 3 horas para firmar.
5. Retire a forma da geladeira e desenforme cuidadosamente o sanduíche.
6. Passe maionese ao redor do sanduíche para dar um acabamento suave e cremoso. Salpique batatas palha sobre a maionese.
7. Decore a parte superior do sanduíche conforme sua preferência.
8. Sirva fatias do sanduíche gelado acompanhadas de mais batatas palha e decorações adicionais, se desejar.



BOLO DE LARANJA COM CALDA

ingredientes

Bolo:

- 150 g de açúcar
- 200 g de farinha de arroz
- 5 ovos
- 100 ml de óleo
- Raspas de laranja
- 1 colher de sopa rasa de fermento em pó (Royal)
- 240 ml de suco de laranja

Calda:

- 70 g de açúcar confeiteiro
- 240 ml de suco de laranja

modo de preparo

1. Pré-aqueça o forno a 180 graus Celsius.
2. Em uma tigela, bata os ovos e o açúcar até obter uma mistura fofa e clara.
3. Adicione a farinha de arroz peneirada, alternando com o óleo, em três adições, começando e terminando com a farinha.
4. Acrescente as raspas de laranja e o suco de laranja à massa. Misture bem.
5. Adicione o fermento em pó e misture até incorporar completamente.
6. Despeje a massa em uma forma untada e enfarinhada.
7. Asse em forno pré-aquecido por aproximadamente 45 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.
8. Enquanto o bolo assa, prepare a calda. Em uma panela, ferva o suco de laranja com o açúcar confeiteiro até dissolver completamente. Mantenha a calda quente. Assim que o bolo sair do forno, fure a superfície com um garfo.
9. Regue o bolo ainda quente com a calda de laranja, garantindo que a calda seja absorvida uniformemente. Deixe o bolo esfriar completamente antes de cortar.

Obs.: Decore com mais raspas de laranja ou açúcar de confeiteiro antes de servir, se desejar.



BOLO DE FUBÁ

ingredientes

- 3 ovos
- 3/4 xícara de água ou leite vegetal
- 1/2 xícara de mel ou açúcar
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de farinha de amêndoas
- 1 xícara de fubá sem glúten
- 1 colher (chá) de fermento em pó sem glúten

modo de preparo

1. Coloque os ovos, água, mel e óleo de coco no liquidificador, bata por 2 minutos;
2. Abra e acrescente a farinha de amêndoas e fubá, então bata rapidamente até ficar homogêneo, acrescente o fermento e de algumas pulsadas;
3. Despeje a massa em uma assadeira untada com óleo de coco e enfarinhada com farinha de arroz, e leve para assar no forno já pré-aquecido em 180° até dourar;
4. Faça um teste espetando um palito no centro do bolo e veja se sai limpo, caso saia com massa crua será necessário assar um pouco mais.

Obs.: Caso goste pode esta colocando erva-doce na massa, fica com um gostinho maravilhoso.



MUFFINS DE COCO

ingredientes

- 2 ovos
- 40g de cocoralado
- 200g de iogurte grego natural
- ¼ colher (chá) de stevia ou 1 colher (sopa) de mel

modo de prepara

1. Em uma tigela, misture todos os ingredientes e despeje a massa em forminhas para muffins de silicone (ou outra forma de sua escolha).
2. Asse os muffins a 180°C de 20 a 25 minutos.
3. Retire-os do forno quando estiverem firmes na parte de cima.
4. Deixe os muffins esfriarem e desenforme-os.



BOLO MESCLADO

ingredientes

- 1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz integral
- 1/2 xícara de polvilho doce ou fécula de batata
- 3/4 xícara de leite de coco em pó
- 1/4 xícara de farinha de amêndoas ou de aveia
- 1/4 xícara de farinha de linhaça
- 3/4 xícara de açúcar demerara
- 1 colher (sopa) de fermento
- 2 colheres (sopa) de cacau em pó
- 1 colher (chá) de extrato de baunilha
- 1 colher (chá) de sal
- 1 e 1/4 xícaras de água
- 1/4 xícara de óleo vegetal (eu usei de amêndoas, mas pode ser azeite ou outro)

modo de preparo

1. Pré-aqueça o forno em 180–200°C e unte e enfarinhe uma forma com furo no meio. Misture todos os ingredientes secos, exceto o cacau.
2. Adicione o extrato de baunilha, o óleo e a água e mexa até obter uma massa cremosa. Despeje metade na forma.
3. Na massa restante, adicione o cacau ao restante e misture até incorporar.
4. Transfira para a forma e, se quiser, dê uma leve misturada nas camadas, formando um desenho.
5. Asse por 40 a 50 minutos, ou até inserir o palito no centro da massa e ele sair limpo.



BOLO DE CENOURA

ingredientes

- 295g de cenoura picada 2 ovos grandes
- (140g) 120 ml de água morna 225g de
- açúcar 1 colher (sopa) de óleo 135 g de
- farinha de arroz 13g de fermento em pó
- químico 27g de farinha de arroz, para
- polvilhar
-
-

modo de preparo

1. No liquidificador, bata as cenouras, os ovos, a água, o açúcar e o óleo por 3 minutos.
2. Num tigela, misture a farinha de arroz com o fermento, despeje a mistura de cenoura por cima e misture bem com uma colher.
3. Distribua a massa nas forminhas untadas com óleo e polvilhadas com farinha de arroz e leve para assar em forno preaquecido a 180°C por 30 minutos ou até ficar dourado por cima.



BOLO DE BANANA COM UVAS PASSAS

ingredientes

- 4 bananas amassadas
- 3 ovos inteiros
- 80 g de uvas passas (não precisa hidratar)
- 150 g de farinha de arroz
- 1 colher de sopa de canela em pó
- 30 ml de azeite
- 100 ml de água
- 1 colher de chá de fermento em pó Royal
-
-

modo de prepara

1. Pré-aqueça o forno a 180 graus Celsius.
2. Em uma tigela grande, misture as bananas amassadas, os ovos, as uvas passas, a farinha de arroz, a canela em pó, o azeite, a água e o fermento em pó. Mexa bem até obter uma massa homogênea.
3. Utilize formas de alumínio descartáveis no tamanho de 9 x 20 cm.
4. Divida a massa entre as duas formas. Não é necessário untar as formas.
5. Se preferir, coloque papel manteiga no fundo para facilitar a remoção do bolo depois de assado.
6. Coloque as formas no forno pré-aquecido.
7. Asse por aproximadamente 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.
8. Deixe os bolos esfriarem nas formas por alguns minutos antes de transferi-los para uma grade de resfriamento.
9. Para congelar, espere os bolos esfriarem completamente.
10. Embale cada bolo individualmente em sacos plásticos e armazene no freezer por até 2 meses.

Obs.: O grau de amadurecimento das bananas influenciará no sabor do bolo. Quanto mais maduras, mais doce será o bolo.



BOLO CHIFFON DE NOZES

ingredientes

- 100 g de açúcar
- 1 colher de chá de polvilho doce
- 200 g de creme de leite
- 100 g de farinha de arroz
- 50 ml de óleo
- 1 xícara de café de nozes picadas
- 4 ovos
- Claras dos 4 ovos (Merengue)
- Açúcar (utilizado na receita) (Merengue)
- 4 colheres de leite sem lactose (ou leite de amêndoa, coco, castanha)
- 1 xícara de açúcar de confeiteiro

modo de prepara

1. Pré-aqueça forno a 190 graus Celsius.
2. Em uma tigela, bata as claras dos ovos até obter picos firmes, adicionando gradualmente o açúcar. Reserve, formando o merengue.
3. Em outra tigela, bata as gemas, óleo e o creme de leite até obter uma massa homogênea. Adicione a farinha de arroz e o polvilho doce à mistura de gemas, incorporando bem.
4. Delicadamente, adicione o merengue à mistura de gemas e, por último, incorpore as nozes picadas. Despeje a massa em uma forma fundo removível de 20 cm de diâmetro.
5. Asse no forno pré-aquecido por aproximadamente 45 minutos ou até que um palito inserido no centro saia limpo. Assim que sair do forno, vire a forma de cabeça para baixo e deixe esfriar completamente.
6. Em uma tigela, misture o açúcar de confeiteiro com o leite sem lactose (ou leite

de sua escolha) até obter uma pasta cremosa firme.

7. Espalhe a cobertura foudant sobre o bolo frio (certifique-se de que o bolo esteja completamente frio para que a cobertura não seja absorvida).
8. Decore com nozes picadas.

Obs.: Deixe o bolo de cabeça para baixo até esfriar completamente para manter a textura leve e fofa.



BOLO DE PÃO DE QUEIJO

ingredientes

- 2 xícaras de polvilho doce
- 1 xícara de polvilho azedo
- 1 xícara de queijo parmesão ralado
- 1 xícara de queijo minas meia cura ralado
- 3 ovos
- 1/2 xícara de óleo vegetal
- 1 xícara de leite sem lactose
- 1 colher de chá de sal
- 1 colher de sopa de fermentoempó

modo de prepara

1. Pré-aqueça o forno a 180°C. Unte uma forma para bolo ou forre com papel manteiga.
2. Rale os queijos e reserve.
3. Em uma tigela grande, misture o polvilho doce, o polvilho azedo, o queijo parmesão e o queijo minas meia cura ralados.
4. No liquidificador, bata os ovos, o óleo, o leite sem lactose e o sal até obter uma mistura homogênea.
5. Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e mexa bem até obter uma massa uniforme.
6. Adicione o fermento em pó à massa e misture delicadamente.
7. Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno pré-aquecido por aproximadamente 30-40 minutos, ou até que o bolo esteja dourado e firme ao toque.
8. Deixe o bolo esfriar um pouco antes de desenformar. Sirva em fatias e aproveite!



NAKED CAKE DE LEITE NINHO

ingredientes

- 100g de farinha de arroz 50 ml de óleo 80 ml
- 4 gemas Açúcar para o merengue
- (quantidade a gosto) 4 claras
-
-
-

Recheio:

- 200 g de leite condensado
- 100 g de leite ninho empó
- 300 ml de chantilly gelado

modo de preparo

1. Pré-aqueça o forno a 180°C.

2. Em uma tigela, misture as gemas, óleo, leite e farinha de arroz com um fuê até obter uma mistura homogênea.

3. Em outra tigela, bata as claras em neve junto com o açúcar aos poucos até formar um merengue firme.

4. Misture delicadamente o creme amarelo com o merengue, incorporando aos poucos.

5. Despeje a massa em uma forma untada ou forrada com papel manteiga.

6. Asse no forno pré-aquecido por aproximadamente 60 minutos a 180°C. Faça o teste do palito para verificar se o bolo está assado. Deixe esfriar de ponta cabeça sobre duas xícaras para evitar que solte.

7. Em uma batedeira, misture o chantilly gelado, o leite condensado e o leite ninho em pó. Bata tudo até atingir o ponto de confeitaria.

8. Corte o bolo em camadas, conforme desejar.

9. Espalhe uma porção do recheio entre as camadas do bolo.

10. Decore a parte superior do bolo com o restante do recheio ou conforme preferir.

11. Sirva e desfrute deste delicioso Naked Cake de Leite Ninho!

Obs.: Se desejar, você pode decorar o bolo com mais leite ninho em pó por cima para um toque final.

Chef Clara Senzatti



PÃO DE LÓ DOIS AMORES

ingredientes

- 150 g de açúcar
- 200 g de farinha de arroz
- 80 ml de óleo
- 7 ovos
- 200 g de creme de leite
- 1 colher de sopa de chocolate em pó 70% cacau
- 15 g de polvilho doce

modo de preparo

1. Pré-aqueça o forno a 180 graus Celsius. Unte e enfarinhe uma forma alta de 18 x 26 cm.
2. Em uma tigela grande, bata as claras com o açúcar até formar um merengue. Reserve.
3. Em outra tigela, misture as gemas, o óleo e o creme de leite. Em seguida, acrescente a farinha de arroz e o polvilho doce, misturando bem.
4. Delicadamente, incorpore a massa de gemas à mistura de claras batidas até obter uma massa homogênea.
5. Separe a massa em duas partes iguais.
6. Em uma das tigelas, adicione 1 colher de sopa de chocolate em pó 70% cacau e misture bem. Agora você terá uma massa branca e uma massa de chocolate.
7. Despeje as duas massas na forma, colocando uma de cada lado, de modo que elas assarão juntas, mas permanecerão separadas no sabor.
8. Passe uma faca ou espátula pela massa para criar um efeito marmorizado.
9. Este bolo não leva fermento, pois o merengue (claras batidas com açúcar) é responsável por manter o crescimento e a estrutura do bolo.
10. Certifique-se de que o merengue esteja com pico mole e cremoso.
11. Leve ao forno pré-aquecido a 180 graus por aproximadamente 40-45 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.
12. Deixe esfriar antes de cortar.



BOLO DECORADO

ingredientes

Massa:

- 60 g açúcar
- 50 ml óleo
- 80 g farinha de arroz
- 4 ovos
- 200 g creme de leite

Recheio:

- 2 colheres de sopa de glaçúcar (açúcar de confeiteiro)
- 300 g de nata gelada (marca Santa Clara)
- Geléia de morangos ou morangos frescos (opcional)

Regar o Bolo:

- 2 colheres de sopa de leite condensado
- 1 xícara de chá de água (240 ml)

Cobertura:

- 2 colheres de sopa de glaçúcar
- 300 g de nata gelada

Cerca de Chocolate:

- 150 g de chocolate meio amargo fracionado

BOLO DECORADO

modo de prepara

Massa:

1. Pré-aqueça o forno a 170-180 graus Celsius.
2. Separe as claras das gemas.
3. Em uma tigela grande, bata as claras em neve, acrescentando o açúcar aos poucos, até formar um merengue. Reserve.
4. Em outra tigela, bata as gemas, acrescentando o óleo, o creme de leite e a farinha de arroz. Misture até obter uma massa homogênea.
5. Delicadamente, incorpore o merengue à mistura de gemas e outros ingredientes, adicionando aos poucos até obter uma massa leve e uniforme.

Montagem e Assar:

1. Coloque a massa em uma forma de 18 cm de diâmetro por 10 cm de altura, previamente untada ou forrada com papel manteiga.
2. Asse no forno pré-aquecido por aproximadamente 40 minutos, ou até que o bolo esteja dourado e firme ao toque.
3. Após assar, retire o bolo do forno e deixe esfriar de cabeça para baixo, seguindo a instrução do vídeo para manter a altura.

Recheio:

1. Enquanto o bolo esfria, prepare o recheio batendo a nata gelada com glaçúcar até obter um creme consistente.
2. Se desejar, adicione geléia de morangos ou morangos frescos ao recheio.

Regar o Bolo:

1. Misture a água com o leite condensado.
2. Com o bolo já frio, regue a superfície com a mistura de água e leite condensado.

Cobertura:

1. Prepare a cobertura batendo a nata gelada com glaçúcar até formar um creme consistente.
2. Espalhe a cobertura sobre o bolo já regado.

Cerca de Chocolate:

1. Derreta o chocolate meio amargo no microondas em intervalos de 30 segundos, mexendo até ficar completamente derretido.
2. Coloque o chocolate derretido em um saco de confeitar e faça desenhos em um plástico acetato ou papel manteiga.
3. Meça a circunferência da forma do bolo e a altura de 10 cm. Desenhe a cerca de chocolate ao redor do bolo antes que o chocolate endureça.

Decoração Final:

1. Decore o bolo com morangos ou a gosto.



BOLO DE LIMÃO

ingredientes

- 30 gde açúcar 45 gde farinha de arroz 20
- ml de suco de limão 20 ml de óleo 40 ml
- de leite 2 gemas Chantilly a gosto (Para
- Recheio e Cobertura) Raspas de limão
-
-
-
-

modo de preparo

1. Pré-aqueça o forno a 180 graus Celsius.
2. Em uma tigela, misture as gemas, a farinha de arroz, o açúcar, o leite, o suco de limão, o óleo e as raspas de limão. Mexa bem até obter uma massa homogênea.
3. Despeje a massa em uma forma de 14 cm de diâmetro, previamente untada.
4. Asse no forno pré-aquecido por aproximadamente 30 minutos, ou até que o bolo esteja dourado e firme ao toque.
5. Deixe o bolo esfriar completamente antes de prosseguir.
6. Prepare o chantilly conforme as instruções do fabricante.
7. Corte o bolo ao meio horizontalmente.
8. Espalhe chantilly sobre a metade inferior do bolo.
9. Coloque a outra metade do bolo sobre o chantilly, formando uma camada recheada.
10. Cubra todo o bolo com chantilly, garantindo uma cobertura uniforme.
11. f. Decore a gosto com raspas de limão ou outros enfeites desejados.
12. Deixe o bolo na geladeira por um tempo para firmar o chantilly antes de servir.
13. Sirva o Bolo de Limão gelado e aproveite!



BOLO CASTELLA DE LIMÃO

ingredientes

- 100 g de açúcar
- 120 g de farinha de arroz
- 90 ml de leite
- 20 ml de suco de limão
- 100 ml de óleo
- 6 ovos
- Raspas de limão verde

modo de preparo

1. Pré-aqueça o forno a 180 graus Celsius.
2. Separe as claras das gemas dos ovos.
3. Em uma tigela grande, bata as gemas com o açúcar até obter uma mistura clara e fofa.
4. Adicione o óleo, a farinha de arroz, as raspas de limão verde, o leite e o suco de limão à mistura de gemas. Mexa bem até formar uma massa homogênea.
5. Em outra tigela, bata as claras em neve até formar picos firmes.
6. Incorpore delicadamente as claras em neve à massa, misturando com movimentos suaves de baixo para cima até que a massa esteja uniforme.
7. Despeje a massa em uma forma de 20 cm de diâmetro, previamente untada.
8. Asse no forno pré-aquecido por aproximadamente 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.
9. Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de transferi-lo para uma grade para esfriar completamente.
10. Corte o bolo em fatias e sirva.



BOLO DE COCO

ingredientes

- 130 g de açúcar
- 200 g de farinha de arroz
- 50 g de polvilho doce
- 100 ml de óleo
- 200 ml de leite de coco (1 garrafinha)
- 1 colher de chá rasa de fermento Royal
- 4 ovos médios (gemas e claras separadas)

Calda:

- 1 colher de sopa de água
- Cocoralado para decorar
- 2 colheres de sopa de açúcar de confeiteiro

modo de preparo

1. Pré-aqueça o forno a 190-200 graus Celsius. 2. Em uma tigela, bata as claras em neve. Reserve. 3. Em outra tigela, bata as gemas com o açúcar até obter uma mistura clara e fofa. 4. Adicione a farinha de arroz, o polvilho doce, o óleo, o leite de coco e o fermento

às gemas batidas. Misture bem até formar uma massa homogênea.

5. Incorpore delicadamente as claras em neve à massa, misturando com movimentos suaves de baixo para cima.

6. Despeje a massa em duas formas de alumínio descartáveis de 18 x 8 x 5 cm cada, previamente untadas.

7. Asse no forno pré-aquecido por aproximadamente 35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

8. Se o seu forno tiver duas grades, asse na parte superior.

9. Em uma tigela, misture o açúcar de confeiteiro com a água até obter uma calda.

10. Passe a calda sobre o bolo morno ou frio.

11. Salpique coco ralado por cima do bolo.

12. Depois de frio, embale em saco plástico e armazene fora da geladeira por 2 a 3 dias ou no freezer por até 3 meses.



BOLO DE CHOCOLATE

ingredientes

- 130 g de açúcar
- 190 g de farinha de arroz
- 60 g de chocolate em pó 50% cacau
- 50 g de polvilho doce
- 1 colher de chá de essência de baunilha
- 1/2 colher de chá de fermento Royal
- 200 ml de água
- 100 ml de óleo
- 4 ovos médios (gemas e claras separadas)

modo de preparo

1. Pré-aqueça o forno a 200 graus Celsius.
2. Em uma tigela, bata as claras em neve. Reserve.
3. Em outra tigela, bata as gemas com o açúcar até obter uma mistura clara e fofa.
4. Adicione a farinha de arroz, o chocolate em pó, o polvilho doce, a essência de baunilha, e o fermento às gemas batidas. Misture bem.
5. Adicione a água e o óleo à mistura e mexa até formar uma massa homogênea.
6. Incorpore delicadamente as claras em neve à massa, misturando com movimentos suaves de baixo para cima.
7. Despeje a massa em forminhas de alumínio descartáveis (18 x 8 x 5 cm), previamente untadas com óleo.
8. Asse no forno pré-aquecido por aproximadamente 40 a 45 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.
9. Se o seu forno tiver duas grades, asse na parte superior.



BOLO DE MARACUJÁ

ingredientes

- 1 xícara de açúcar
-
- 1 xícara de suco de maracujá (Maguary)
- 1 xícara de óleo
- 2 xícaras de farinha de arroz
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Ca4l doavos:

- 1 colher de sopa de amido de milho (aproximadamente, misturado com um pouco de água para engrossar)
- 1/2 xícara de açúcar (ou a gosto)
- 1 maracujá (com sementes)

modo de prepara

1. Pré-aqueça o forno a 180 graus Celsius.
2. Em uma tigela, bata os ovos.
3. Adicione o açúcar, o suco de maracujá e o óleo à tigela. Misture bem.
4. Acrescente a farinha de arroz e o fermento em pó à mistura. Mexa até obter uma massa homogênea.
5. Despeje a massa em uma forma previamente untada.
6. Asse no forno pré-aquecido por aproximadamente 60 minutos ou até que um palito inserido no centro saia limpo.
7. Em uma panela, coloque o maracujá (com sementes), o açúcar e deixe ferver por 3 minutos.
8. Acrescente o amido de milho dissolvido em um pouco de água para engrossar a calda. Mexa até atingir a consistência desejada.
9. Desenforme o bolo e jogue a calda de maracujá por cima.
10. Sirva o Bolo de Maracujá em temperatura ambiente.
11. Desfrute desse sabor tropical delicioso!

Conclusão

Não desista de criar seus próprios bolos sem glúten.

Se por acaso ainda não obteve sucesso, saiba que está próximo! Continue tentando, cada

esforço contribuirá para aprimorar suas habilidades na cozinha sem glúten.

Desejo a você boa sorte e momentos deliciosos à mesa!