



RECEITAS DA FIA

Bolo de Chocolate para Diabéticos

www.receitasdafia.com/receitas/bolo-de-chocolate-para-diabeticos

Bolo de chocolate é tudo de bom né? E que tal comer sem culpa, essa receita é uma ótima opção pra quem tem aquela restrição rigorosa na hora de comer aquele docinho ou sobremesa! Bora aprender?



Ingredientes

BOLO DE CHOCOLATE SEM AÇÚCAR

- 3 [ovos](#)
- 3 xícaras de [aveia em flocos](#)
- 2 colheres (sopa) bem cheias de [cacau em pó](#) 100% ou zero
- 1 xícara de [leite de coco](#) morno ou [leite de amêndoas](#)
- 1 xícara de açúcar de [xilitol](#)
- 4 colheres (sopa) de [óleo de coco](#) ou azeite
- Essência de baunilha (opcional)
- 1 colher (sopa) de fermento em pó

COBERTURA

- 60 g de chocolate amargo 70%
- 1 e 1/2 xícara de leite vegetal

Modo de Preparo

1. Bata todos os ingredientes no liquidificador (Para fazer o leite de amêndoas acrescente as amêndoas deixadas em água quente por alguns minutos. A casca sairá bem fácil, Coloque as amêndoas descascadas em um liquidificador com a água filtrada e bata por 2 a 3 minutos, ou o tempo suficiente para que o leite fique homogêneo e sem pedaços de amêndoas).
2. Quando a massa ficar homogênea, acrescente o fermento e mexa com uma colher.
3. Coloque em uma forma untada, em seguida leve ao forno preaquecido a 180°C por 30 a 40 minutos, depende do forno.
4. Faça o teste do palito para verificar se assou.

COBERTURA

1. Deixe o leite esquentar e acrescente o chocolate aos poucos, misture bem até ficar na consistência de calda.

