



Receitinhas

BOLINHO DE CACAU E COCO

INGREDIENTES:

- 1/2 xícara de farinha de coco
- 1/2 xícara de coco ralado sem açúcar
- 1 colher (sopa) de farinha de banana verde
- 1 colher de sopa de polvilho doce
- 1 colher de sopa de cacau
- 1/2 xícara de adoçante Stévia forno e fogão
- 1 xícara de leite vegetal morno (coco, aveia, arroz...)
- 1 colher de sopa de óleo de coco
- 150g de barra de chocolate 50% cacau, sem lactose
- Castanhas para enfeitar (opcional)

MODO DE PREPARO:

Em um recipiente coloque todos os secos (menos o fermento) misture bem.

Depois coloque o óleo e o leite, mexa bem. A massa fica com um aspecto áspero, quando estiver pronta, coloque o fermento, pique o chocolate e adicione, mexendo de leve. Acomode em forminhas de silicone e se quiser, coloque uma castanha no topo da massa. Leve ao forno pré aquecido, deixe assar em temperatura média 200° por 30 minutos. Rende 6 bolinhos.





www.vanessamigray.com.br 

[vanessamigraynutricionista](#)  

nutricionista@vanessamigray.com.br 

