

BOLO VERDE



INGREDIENTES

- 150 G DE AGRIÃO
- 5 G DE FOLHAS DE HORTELÃ
- 150 G DE AÇÚCAR MASCAVADO
- 100 G DE ÓLEO DE COCO DERRETIDO
- 1 C. DE CHÁ DE EXTRATO DE BAUNILHA
- 3 OVOS
- 220 G DE FARINHA FINA PARA BOLOS
- 2 C. DE CHÁ DE FERMENTO EM PÓ
- IOGURTES GREGOS COM AROMA A ESCOLHA

CONFEÇÃO

1. Pré-aquecer o forno a 180 °C.

3. Colocar a lâmina de trituração

5. Remover os talos mais grossos dos agriões e coloque as folhas no copo juntamente com as folhas de hortelã. Junte as folhas de hortelã e colocar em pulse durante 10 segundos. Abrir a tampa, raspar o que estiver acumulado nas laterais da taça e colocar mais 5 segundos.

7. Retirar o que se triturou e reservar

9. Colocar a a lâmina batidora e colocar o açúcar mascavado e o óleo de coco. Programar 2 minutos na velocidade 7.

11. Juntar a baunilha e programar 2 minutos na velocidade 6, com a máquina a funcionar junta-se os 3 ovos pelo orifício da tampa durante

13. Adicionar a farinha, o agrião e hortelã triturados e programar para 2 minutos a velocidade 5.

15. Verter a mistura numa forma com 20 cm de diâmetro untada com óleo de coco e forrada com papel vegetal e leve ao forno durante 30 a 35 minutos ou até espetar o palito e este sair seco. É importante que o papel vegetal esteja mais saído para ajudar a retirar o bolo cozido da forma.

17. Retire o bolo do forno e deixe arrefecer completamente. Cobrir com um iogurte grego frio ou semelhante, de preferência com sabor doce.

19. Em vez de agrião também se pode usar espinafres.
