

BOLO DE ABÓBORA (SEM GLÚTEN)



CONFEÇÃO

1. Lâmina triturar amassar

2. Colocar todos os ingredientes , excepto as farinhas e o coco. Programar velocidade 5 por 4 minutos. Adicionar a farinha e o coco e programar velocidade 4 por 1 minutos. Se necessario envolver com espátula.

3. Colocar em forma untada. Levar ao forno pré aquecido a 180° por cerca de 30 minutos. Fazer o teste do palito porque o tempo depende de forno para forno.

4. Receita do Puré de abóbora: colocar na taça 3 chávenas de abóbora partida em pedaços e 2 litros de água. Programar 100° por 30 minutos. Colocar a abóbora a escorrer num passador por 1 hora, pelo menos. Colocar na taça a lâmina de triturar/ amassar e a abóbora. Triturar na velocidade 12 por 2 minutos ou até ficar puré.

5. Receita adaptada de nocontemgluten.blogspot.com

INGREDIENTES

- 1 CHÁVENA DE ABÓBORA COZIDA E REDUZIDA A PURÉ
- 1 CHÁVENA DE FARINHA DE ARROZ
- MEIA CHÁVENA DE FÉCULA DE BATATA
- MEIA CHÁVENA DE POLVILHO DOCE
- MEIA COLHER DE CAFÉ, DE GOMA XANTANA OU CMC (OPCIONAL)
- 1 CHÁVENA DE AÇÚCAR (PODE COLOCAR MAIS SE DESEJAR MAIS DOCE) OU ADOÇANTE
- 3 OVOS MEDIOS
- 150ML DE LEITE DE COCO + 50ML DE ÁGUA
- 1 COLHER DE SOBREMESA DE FERMENTO EM PÓ QUÍMICO SEM GLÚTEN
- 50ML DE ÓLEO VEGETAL
- COCO RALADO GROSSO A GOSTO