

BOLO DE COURGETTE



CONFEÇÃO

1. Ligar o forno a 170°C.

2. Colocar o acessório picador.

3. Picar as amêndoas 30 segundos na velocidade 12. Reservar.

4. Picar a courgette 30 segundos na velocidade 12. Reservar.

5. Colocar o acessório batedor.

6. Colocar na taça os ovos e o açúcar à courgette e bater na velocidade 6 durante 2 minutos.

7. Adicionar o óleo e a essência de baunilha e bater na velocidade 6 durante 15 segundos.

8. Adicionar o sal, a courgette, a canela, o bicarbonato de sódio e o fermento e bater na velocidade 6 durante 30 segundos.

9. Adicionar a farinha e seleccionar o programa das massas P1.

10. Por fim, adicionar a amêndoa picada e bater na velocidade 4 durante 15 segundos.

11. Dividir em 2 formas de 20cm de diâmetro e vai ao forno cerca de 40 minutos.

INGREDIENTES

- 400G DE COURGETTE RALADA COM CASCA
- 200G DE AÇÚCAR MASCAVADO
- 380G DE FARINHA
- 3 OVOS
- 150G DE AMÊNDOA (OU NOZES)
- 100ML DE ÓLEO GIRASSOL
- 2 COLHERES DE CHÁ DE CANELA
- 2 COLHERES DE CHÁ DE BICARBONATO DE SÓDIO
- 1 COLHER DE CHÁ DE ESSÊNCIA DE BAUNILHA
- RASPAS DE 1 LIMÃO GRANDE
- 1 PITADA DE SAL