

Bolo de Chocolate na Caneca

Ingredientes

- 1 ovo pequeno
- 4 colheres (sopa) de Leite de Vaca
- 3 colheres (sopa) de Óleo de Soja
- 4 colheres (sopa) rasas de Açúcar Cristal
- 2 colheres (sopa) rasas de Chocolate em Pó
- 4 colheres (sopa) rasas de Farinha de Trigo
- 1 colher (café) de Fermento Químico em Pó

Cobertura

- 2 colheres (sopa) de leite de Vaca
- 1 colher (chá) de Manteiga
- 1 colher (sopa) rasa de Chocolate em Pó
- Granulado colorido a gosto

Modo de preparo

Coloque o ovo na caneca e bata com um garfo. Adicione o óleo, o açúcar, o leite e o chocolate em pó e mexa. Incorpore a farinha de trigo e o fermento, aos poucos, na massa. Em seguida, leve ao microondas durante três minutos na potência máxima.

Cobertura

Junte todos os ingredientes e ponha no microondas por 30 segundos, também na potência máxima. Despeje no bolo ainda quente e polvilhe o granulado.

Dica: Para saber qual a caneca ideal, separe uma com capacidade de 300 ml. Se for menor do que isso, você corre o risco de ver os ingredientes vazarem do recipiente.

Outro ponto importante: o material deve ser apropriado para uso em microondas. Cuidado com os plásticos, pois eles podem derreter, e com os metais, porque o eletrodoméstico corre o risco de pegar fogo.

Fonte: www.saudeplena.com.br (Portal UAI)

