

Frapê Prime Cake

1689

Ingredientes

Preparo

20ml	Água
400g	Ovos
250ml	Leite Líquido
20g	Chocolate Em Pó
250g	Óleo
1kg	Prime Cake 10 Prime Cake 10



Modo de Fazer

01. Colocar o Prime Cake, os ovos, o leite e o óleo na batedeira.
02. Misturar em velocidade baixa (velocidade 1) até homogeneizar.
03. Bater por 5 minutos em velocidade média (velocidade 2).
04. Separar 500 g de massa em um recipiente e reservar.
05. Diluir o chocolate em pó em 20 ml de água.
06. Adicionar na massa reservada o chocolate em pó diluído e misturar até obter uma massa homogênea.
07. Untar formas de bolo inglês (19 x 9 x 5 cm).
08. Colocar 200 g de massa branca no fundo da forma.
09. Adicionar sobre a massa branca, 130 g de massa de chocolate.
10. Adicionar mais 150 g de massa branca para cobrir a massa de chocolate.
11. Vincar com auxílio de uma espátula passada em óleo.
12. Fornear a 190°C por aproximadamente 50 minutos em forno lastro.

Dicas

- Assar direto no lastro para obter um melhor salto.

Rendimento / Quebra

4 Unidades de 392 g

Validade

72 horas

Equipamentos

Forno

Batedeira

Espátula

Batedor Tipo Raquete

Balança

Formas Bolo Inglês

Recipiente

Tabela Nutricional

Porção de 60g contém (em média): % VD (*)

V. Energético (kcal)	246	12
V. Energético (kJ)	1031 kJ	12
Carboidratos (g)	33	11
Proteínas (g)	3.8	8
Fibra Alimentar (g)	0.6	2
Sódio (mg)	106	4
Açúcares (g)	20 g	**
Açúcares totais (g)	20	
Aç adicionados (g)	19	38
Gorduras totais (g)	11	17
Gorduras saturadas (g)	2.3	12
Gorduras trans (g)	0	0