Bolo De Cenoura (Receita Principal)

2191

Ingredientes

Preparo

350ml	Água
350g	Ovos
250g	Óleo
1kg	Bolo De Cenoura Bolo De Cenoura

Modo de Fazer

01. Colocar o Zeelandia Bolo de Cenoura, a água, os ovos e o óleo na batedeira e misturar até homogeneizar. Utilizar batedor tipo raquete.
02. Bater em velocidade média (velocidade 2) por aproximadamente 3 minutos.
03. Colocar 1,85 kg de massa na forma retangular tipo tabuleiro (38 x 26 x 5 cm) previamente untada.
04. Fornear a 170°C por aproximadamente 50 minutos em forno lastro.
05. Desenformar.
06. Esfriar.

Dicas

- Pode-se utilizar o Chocolatier Choconut como cobertura ou o Fondant sabor chocolate cremoso (Receita 002153).
- Outro forneamento:
* Forno turbo: Pré aquecer o forno a 180°C, colocar os bolos e desligar por 10 minutos. Ligar novamente a 130°C e fornear por aproximadamente 30 minutos.
- Utilize óleo de milho ou algodão para obter um excelente sabor.
- É possível a substituição do ovo in natura por ovo líquido.
- Outros rendimentos:
* 620 g de massa em forma redonda com furo central (20 cm diâmetro x 9 cm altura) - 3 unidades de 550 g.
- Outros sabores:
* Bolo de Cenoura com Suco de Laranja: Substituir a água pela mesma quantidade de suco de laranja.

Rendimento / Quebra

3 Unidade de 550 g

Validade

120 horas

Equipamentos

- Forno
- Batedeira
- Fogão
- Colher
- Panela
- Batedor Tipo Raquete
- Balança
- Forma Retangular

Tabela Nutricional

Porção de 60g contém (em média):		% VD (*)
V. Energético (kcal)	226	11
V. Energético (kJ)	947 kJ	11
Carboidratos (g)	31	10
Açúcares (g)	19 g	**
Proteínas (g)	3.1	6
Fibra Alimentar (g)	0.7	3
Sódio (mg)	116	5
Açúcares totais (g)	20	
Aç adicionados (g)	19	38
Gorduras totais (g)	10	15
Gorduras saturadas (g)	1.8	9
Gorduras trans (g)	0	0