



MINICUPCAKE DE CHOCOLATE

Café da manhã

 35 minutos

 8 porções

INGREDIENTES

- 2 unidades de ovo de galinha (90 g)
- 1 xícara de chá de açúcar mascavo (170 g)
- 100 ml de leite de coco
- 170 gramas [um potinho] de iogurte natural
- 4 colheres de chá de chocolate em pó sem glúten (16 g)
- 1 colher de chá rasa de fermento em pó
- 4 colheres de sopa de água
- 2 colheres de sopa de óleo (28 g)
- 1 xícara de chá de maisena (128 g)
- 3 colheres de sopa cheias de farinha de arroz (51 g)
- Açúcar a gosto para polvilhar

MÉTODO DE PREPARO

- 1º Separe as claras, bata-as até atingir o ponto de neve e acrescente o açúcar mascavo e as gemas. Misture bem até obter uma mistura homogênea.
- 2º Com a ajuda de uma colher de pau, misture o restante dos ingredientes.
- 3º Coloque a mistura obtida em uma forma antiaderente própria para cupcake e leve-a ao forno preaquecido em temperatura média (180° C) por cerca de 25 minutos [faça o teste do palito: espete-o na massa. Se ele sair limpo, a massa já está pronta]. Deixe esfriar e polvilhe o açúcar a gosto.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO (102 g)	% DDR
ENERGIA	245 kcal	250 kcal	13 %
CARBOIDRATOS	43 g	43 g	14 %
PROTEÍNA	2 g	2 g	3 %
GORDURA	7 g	8 g	14 %
GORDURAS SATURADAS	3 g	3 g	14 %
FIBRA ALIMENTAR	0 g	0 g	1 %
SÓDIO	44 mg	45 mg	2 %