

Brownie de chocolate e cenoura tabuleiro 27x20 cm, papel vegetal

Ingredientes

120 g cenoura
50 g água
70 g açúcar amarelo
Raspa de 1 laranja
3 ovos
50 g cacau magro em pó
30 g chocolate em pó
200 g farinha tipo 55
1 c. chá de fermento em pó p/ bolos
Açúcar em pó q.b. p/ polvilhar

Preparação

1. Pré-aqueça o forno a 180°C.
2. Coloque no copo a cenoura e triture **5 seg/vel 7**. Com a ajuda da espátula baixe o que ficou na parede do copo e triture mais **5 seg/vel 7**.
3. Adicione a água e o açúcar e programe **5 min/100°C/vel 1**.
4. Adicione a raspa de laranja, triture **15 seg** e vá **progressivamente até à vel 7**. Com a ajuda da espátula baixe o que ficou na parede do copo e na tampa. Retire o copo da base e deixe arrefecer até aos 50°C, cerca de 15 minutos.
5. Adicione os ovos e bata **4 min/37°C/vel 3,5**.
6. Adicione o cacau, o chocolate, a farinha e o fermento e envolva **6 seg/vel 3**. Coloque a massa num tabuleiro com aprox. 27x20 cm previamente forrado com papel vegetal e leve ao forno a 180°C cerca de 15 minutos.
7. Retire do forno, desenforme, deixe arrefecer e corte em quadrados. Sirva polvilhado com açúcar em pó.



Tempo Bimby • 9 min
Tempo total • 45 min



16



Fácil



Valores nutricionais por dose:

Calorias: 97 Kcal | Proteína: 3 g

Gordura: 2 g | Hidrat. de carbono: 15 g



NOTA: Ao triturar a cenoura, no passo 4 faça-o progressivamente vel 3, 5, 7. É fundamental esperar 3 a 5 segundos antes de abrir a tampa para permitir a estabilização do líquido e evitar o perigo de salpicos.