

Título: Bolo de maçã sem glúten

Veículo: Cassilândia News

Cidade: Cassilândia

Página: Web

Cm2: 522.53

Mídia: Web

Data: 11/03/2018

Jornalista: Redação

(67) 9266-0985

Capa	Últimas Notícias	Rádio Patriarca	Colunistas	Reporter News	Links	Serviços	Anunciar no Sit
------	------------------	-----------------	------------	---------------	-------	----------	-----------------

AS MAIS LIDAS < > uncionários dos Correios entram em greve nesta segunda-feira

Últimas Notícias

11/03/2018 10:00

Bolo de maçã sem glúten

Natue

Imprimir



Gosto 0

Tweet



Partilhar

Para muitos de nós, um delicioso bolo preparado com a tradicional farinha de trigo é uma ótima pedida, né?! Pois é... Mas para algumas pessoas, esse doce é proibido, ou deve ser consumido com muita moderação. Sabe por quê? A farinha de trigo, um dos componentes do bolo, contém glúten graças à presença do trigo! Por isso, para portadores de doença celíaca (alergia ao glúten), o consumo desse alimento deve ser extremamente moderado ou até mesmo proibido, dependendo do "grau" de alergia da pessoa.

Mas bolo é tudo de bom, né?! E para que ninguém fique sem saborear essa delícia, existem algumas alternativas, como bolos sem glúten, preparados sem farinha de trigo e com ingredientes que a substituíam!

Hoje trouxemos uma receita de Bolo de Maçã sem Glúten que é super fácil de ser preparada. Quem criou essa receita foi o pessoal da **SupraSoy**. Vamos ver?

Bolo de Maçã sem glúten

Ingredientes:

- 2 xícaras (chá) de açúcar
- 1 xícara (chá) de creme de arroz
- 1 xícara (chá) de amido de milho
- 1 colher (sopa) rasa de fermento em pó
- 3 ovos
- ½ xícara (chá) de óleo
- ½ xícara (chá) de **SupraSoy** Sem Lactose (sabor original)
- 2 maçãs raladas
- 1 colher (sopa) de canela em pó
- 1 xícara (chá) de água

Modo de fazer:

Em uma tigela, misture os ingredientes secos. No liquidificador, bata os ovos, a água, o **SupraSoy** e o óleo. Depois, junte essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem. Acrescente as maçãs, a canela e misture. Feito isso, despeje em uma forma (de preferência redonda) e coloque para assar em forno médio pré-aquecido por cerca de 3 minutos. #Dica: use duas assadeiras ao invés de apenas uma!

Fácil né? E o resultado é de dar água na boca!