

Bolo Light de Chocolate



1 porção
155 kcal

Ingredientes

Massa

- 100g de margarina light
- 1/2 xícara de adoçante (pó) de forno e fogão
- 4 gemas
- 4 colheres (sopa) de cacau em pó dissolvido em 4 col. (sopa) de água quente
- 3 colheres (sopa) de achocolatado light
- 4 claras em neve
- 1 colher (sopa) de fermento em pó
- 4 colheres (sopa) de farinha de trigo

Cobertura

- 1 colher (sopa) de margarina light
- 1/2 xícaras (chá) de leite desnatado
- 5 colheres (sopa) de achocolatado light em pó
- 4 colheres (sopa) de açúcar light ou adoçante em pó

Modo de preparo

Na batedeira, bata a margarina e o adoçante. Junte as gemas uma a uma, batendo até obter uma massa cremosa. Diminua a velocidade da batedeira e coloque o cacau diluído e o chocolate. Desligue e adicione as claras, mexendo delicadamente com uma colher. Junte a farinha e misture. Unte com a margarina light uma fôrma redonda, de aro removível e 20 cm de diâmetro. Depois polvilhe com a farinha. Despeje a massa e leve em forno médio, pré-aquecido por mais ou menos 20 minutos. Desligue e deixe no forno até esfriar (cerca de 10 minutos). Desenforme.

Rendimento: 15 porções de 60g.