

Bolo Choconinho

Ingredientes:

- 3 ovos
- 1 xícara (chá) de leite de amêndoas (ou outro leite vegetal)
- ½ xícara (chá) de óleo de coco ou óleo de girassol
- 1 xícara (chá) de xilitol ou eritritol
- 1 xícara (chá) de farinha de amêndoas (ou aveia sem glúten)
- ½ xícara (chá) de cacau em pó 100%
- 1 colher (sopa) de fermento químico em pó
- 1 pitada de sal
- 1 caixa (200 g) de creme de leite zero lactose (ou creme de castanhas)
- 4 colheres (sopa) de leite em pó zero (tipo Ninho Zero)
- 3 colheres (sopa) de xilitol (para a cobertura)
- 2 colheres (sopa) de cacau em pó 100% (para a cobertura)
- 1 colher (sopa) de manteiga ghee (ou óleo de coco)
- 2 colheres (sopa) de leite em pó zero para polvilhar

Modo de Preparo:

- No liquidificador, bata os ovos, o leite vegetal, o óleo e o xilitol por 2 minutos.
- Acrescente a farinha de amêndoas, o cacau em pó e a pitada de sal, batendo até ficar homogêneo.
- Misture o fermento delicadamente com uma espátula.
- Despeje a massa em uma forma de pudim (com furo no meio) untada. Leve ao forno preaquecido a 180°C por 30 a 35 minutos ou até o palito sair limpo.
- Enquanto o bolo assa, prepare a cobertura: em uma panela, misture o creme de leite, o leite em pó, o xilitol, o cacau e a manteiga ghee. Mexa em fogo baixo até engrossar, ficando um creme cremoso.
- Assim que o bolo assar, espere amornar e desenforme.
- Montagem do Vulcão: Coloque o bolo em um prato fundo e despeje a cobertura ainda quente no furo central, deixando escorrer pelas laterais.
- Finalize polvilhando leite em pó zero por cima para dar o acabamento.

Bolo de Cenoura com Cobertura de Chocolate

Ingredientes:

- Massa:
- 3 cenouras médias (aprox. 250 g)
- 3 ovos
- ½ xícara (chá) de óleo de coco ou óleo de girassol
- 1 xícara (chá) de xilitol ou eritritol
- 1 e ½ xícaras (chá) de farinha de amêndoas (ou aveia sem glúten)
- 1 colher (sopa) de fermento químico em pó
- 1 pitada de sal
- Cobertura de Chocolate:
- 1 caixa (200 g) de creme de leite zero lactose (ou creme de castanhas)
- 3 colheres (sopa) de cacau em pó 100%
- 3 colheres (sopa) de xilitol
- 1 colher (sopa) de manteiga ghee (ou óleo de coco)

Modo de Preparo:

- Descasque e corte as cenouras em rodelas. Coloque no liquidificador junto com os ovos, o óleo e o xilitol. Bata até formar um creme liso.
- Transfira para uma tigela e adicione a farinha de amêndoas e a pitada de sal, misturando bem.
- Acrescente o fermento e mexa delicadamente com uma espátula.
- Despeje a massa em uma forma untada e leve ao forno preaquecido a 180°C por 30 a 35 minutos ou até o palito sair limpo.
- Para a cobertura, misture em uma panela o creme de leite, o cacau, o xilitol e a manteiga ghee. Leve ao fogo baixo, mexendo até engrossar e formar um creme brilhante.
- Desenforme o bolo já frio e cubra com a cobertura.

Bolo de Limão Siciliano com Mirtilo

Ingredientes:

- Ingredientes da Massa
- 3 ovos
- ½ xícara (chá) de óleo de coco (ou óleo de girassol)
- ¾ xícara (chá) de xilitol ou eritritol
- 1 xícara (chá) de farinha de amêndoas
- ½ xícara (chá) de farinha de aveia
- ½ xícara (chá) de leite de amêndoas (ou outro leite vegetal)
- Suco e raspas de 1 limão siciliano
- 1 xícara (chá) de mirtilos frescos (passar na farinha antes de misturar)
- 1 colher (sopa) de fermento em pó
- Ingredientes da Cobertura Fit
- ½ xícara (chá) de iogurte natural sem açúcar (ou iogurte vegetal)
- 3 colheres (sopa) de leite em pó zero
- 2 colheres (sopa) de mel ou xilitol
- Suco de ½ limão siciliano

Modo de Preparo:

- No liquidificador, bata os ovos, o óleo, o xilitol e o leite até formar um creme.
- Transfira para uma tigela e adicione as farinhas, as raspas e o suco de limão. Misture bem.
- Acrescente os mirtilos (envolvidos em um pouco de farinha para não afundar) e misture delicadamente.
- Adicione o fermento e mexa levemente.
- Coloque a massa em uma forma de furo no meio untada e asse em forno preaquecido a 180°C por 30 a 35 minutos, ou até o palito sair limpo.
- Para a cobertura, misture todos os ingredientes até ficar cremoso. Se necessário, adicione mais leite em pó ou limão para ajustar a consistência.
- Desenforme o bolo, cubra com a cobertura e finalize com mirtilos e raspas de limão por cima.

Bolo de Fubá Cremoso

Ingredientes:

- 3 ovos
- 1 xícara de fubá
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1 xícara de leite vegetal (coco, amêndoa, etc.)
- 1/2 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- 1 pitada de sal
- Erva-doce a gosto (opcional)

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

No liquidificador, bata os ovos, o leite vegetal, o adoçante e o óleo de coco.

Adicione o fubá, a farinha de arroz e o sal, batendo até incorporar.

Por último, adicione o fermento e a erva-doce, pulsando rapidamente para misturar.

Despeje a massa na forma e asse por cerca de 35-45 minutos, ou até dourar e firmar.

Deixe esfriar antes de desenformar e servir.

Bolo de Matcha

Ingredientes:

- 1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz
- 1/2 xícara de fécula de batata
- 1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)
- 3 ovos grandes
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)
- 1 colher de sopa de matcha em pó (chá verde)
- 1 colher de chá de extrato de baunilha
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante, o matcha em pó e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo de Cenoura

Ingredientes:

- - 3 cenouras médias picadas
- 3 ovos
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1 e 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de fécula de batata
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- 1 pitada de sal

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

No liquidificador, bata as cenouras, os ovos, o óleo de coco e o adoçante até obter uma mistura homogênea.

Em uma tigela separada, misture a farinha de arroz, a fécula de batata e o sal.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e misture delicadamente até incorporar.

Adicione o fermento em pó e misture suavemente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 40-50 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo Nega Maluca

Ingredientes:

- - 2 xícaras de farinha de arroz
- 1 xícara de cacau em pó 100%
- 1 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1 xícara de água quente
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 2 ovos
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- 1 colher de chá de bicarbonato de sódio
- 1 pitada de sal

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, o cacau em pó, o adoçante, o bicarbonato de sódio e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco e a água quente.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até obter uma massa homogênea.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 30-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Chocolate

Ingredientes:

- 1 e 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de cacau em pó 100%
- 1 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1 xícara de leite vegetal (coco, amêndoa, etc.)
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 2 ovos
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- 1 pitada de sal
- 1 colher de chá de extrato de baunilha (opcional)

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, o cacau em pó, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o leite vegetal, o óleo de coco e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até obter uma massa homogênea.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 30-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Laranja

Ingredientes:

- - 3 ovos
- 1 xícara de suco de laranja natural
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 2 xícaras de farinha de arroz
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- Raspas de 1 laranja

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

No liquidificador, bata os ovos, o suco de laranja, o óleo de coco e o adoçante.

Em uma tigela, misture a farinha de arroz e as raspas de laranja.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e misture bem.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 35-45 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Limão

Ingredientes:

- - 3 ovos
- 1/2 xícara de suco de limão
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 2 xícaras de farinha de arroz
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- Raspas de 1 limão

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

No liquidificador, bata os ovos, o suco de limão, o óleo de coco e o adoçante.

Em uma tigela, misture a farinha de arroz e as raspas de limão.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e misture bem.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 30-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Milho Cremoso

Ingredientes:

- 1 lata de milho verde escorrido
- 3 ovos
- 1 xícara de leite vegetal (coco, amêndoa, etc.)
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1/2 xícara de fubá
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

No liquidificador, bata o milho, os ovos, o leite vegetal, o óleo de coco e o adoçante até obter uma mistura homogênea.

Em uma tigela, misture o fubá e a farinha de arroz.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e misture bem.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 40-50 minutos, ou até dourar e firmar.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Caramelo Salgado

Ingredientes:

- Para o Bolo de Baunilha:

1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de fécula de batata

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

3 ovos grandes

1/2 xícara de óleo de coco

1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1 colher de chá de extrato de baunilha

1 colher de sopa de fermento em pó

Uma pitada de sal

Para o Caramelo Salgado Vegano:

1/2 xícara de creme de coco (parte sólida do leite de coco)

1/4 xícara de adoçante culinário em pó

1 colher de chá de extrato de baunilha

1/4 colher de chá de sal marinho (ou a gosto)

Modo de Preparo:

Prepare o Bolo: Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar completamente.

Prepare o Caramelo Salgado Vegano: Em uma panela pequena, misture o creme de coco, o adoçante em pó e o extrato de baunilha. Leve ao fogo baixo, mexendo sempre, até a mistura engrossar e adquirir uma consistência de caramelo. Retire do fogo e adicione o sal marinho, misturando bem. Despeje o caramelo salgado sobre o bolo frio.

Bolo de Banana

Ingredientes:

- - 3 bananas maduras amassadas
- 3 ovos
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1/2 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1 e 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- 1 colher de chá de canela em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

Em uma tigela, misture as bananas amassadas, os ovos, o óleo de coco e o adoçante.

Adicione a farinha de arroz e a canela, misturando bem.

Por último, adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 35-45 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Pote

Ingredientes:

- Para o Bolo de Baunilha:

1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de fécula de batata

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

3 ovos grandes

1/2 xícara de óleo de coco

1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1 colher de chá de extrato de baunilha

1 colher de sopa de fermento em pó

Uma pitada de sal

Para o Recheio (Sugestão: Creme de Coco com Frutas):

1 xícara de creme de coco gelado (parte sólida do leite de coco)

1/4 xícara de adoçante culinário em pó

1/2 xícara de frutas picadas (morango, mirtilo, pêssego)

Modo de Preparo:

Prepare o Bolo: Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar completamente. Esfarele o bolo em pedaços pequenos.

Prepare o Recheio: Bata o creme de coco gelado com o adoçante em pó até obter uma consistência cremosa. Incorpore as frutas picadas.

Monte os Bolos de Pote: Em potes individuais, alterne camadas de bolo esfarelado e creme de coco com frutas. Leve à geladeira por pelo menos 1 hora antes de servir.

Bolo de Panela

Ingredientes: - 1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de fécula de batata

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

3 ovos grandes

1/2 xícara de óleo de coco

1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1 colher de chá de extrato de baunilha

1 colher de sopa de fermento em pó

Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Unte uma panela de fundo grosso (que possa ir ao forno ou que seja antiaderente) com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na panela preparada. Leve ao fogo baixo, com a panela tampada, por cerca de 30-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo. Se a panela puder ir ao forno, pode finalizar no forno a 180°C por 15-20 minutos para dourar.

Deixe o bolo esfriar na panela por alguns minutos antes de desenformar.

Bolo de Micro-ondas

Ingredientes: - 4 colheres de sopa de farinha de arroz

2 colheres de sopa de cacau em pó sem açúcar (se for de chocolate) ou 2 colheres de sopa de fécula de batata (se for de baunilha)

2 colheres de sopa de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

1 ovo pequeno

3 colheres de sopa de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1 colher de sopa de óleo de coco

1/2 colher de chá de fermento em pó

Uma pitada de sal

1/2 colher de chá de extrato de baunilha (se for de baunilha)

Modo de Preparo:

Em uma caneca grande ou tigela própria para micro-ondas, misture a farinha de arroz, o cacau em pó (ou fécula de batata), o adoçante e o sal.

Adicione o ovo, o leite vegetal, o óleo de coco e o extrato de baunilha (se usar). Misture bem com um garfo até obter uma massa homogênea.

Por último, adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Leve ao micro-ondas em potência alta por 1 a 2 minutos (o tempo pode variar dependendo da potência do seu micro-ondas). O bolo estará pronto quando a superfície estiver firme e um palito inserido no centro sair limpo.

Deixe esfriar um pouco antes de consumir.

Bolo de Coco

Ingredientes:

- - 3 ovos
- 1 xícara de leite de coco
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1 e 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de coco ralado sem açúcar
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

No liquidificador, bata os ovos, o leite de coco, o óleo de coco e o adoçante.

Em uma tigela, misture a farinha de arroz e o coco ralado.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e misture bem.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 35-45 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Maçã e Canela

Ingredientes:

- 2 maçãs médias picadas (sem casca e sem sementes)
- 3 ovos
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1 e 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- 1 colher de chá de canela em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

No liquidificador, bata os ovos, o óleo de coco, o adoçante e metade das maçãs picadas até obter uma mistura homogênea.

Em uma tigela, misture a farinha de arroz e a canela.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e misture bem.

Adicione o restante das maçãs picadas e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 40-50 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Maracujá

Ingredientes:

- - 3 ovos
- 1/2 xícara de suco concentrado de maracujá
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 2 xícaras de farinha de arroz
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

No liquidificador, bata os ovos, o suco de maracujá, o óleo de coco e o adoçante.

Em uma tigela, misture a farinha de arroz.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e misture bem.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 30-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Coco Queimado

Ingredientes: - - 3 ovos

- 1 xícara de leite de coco
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1 e 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de coco ralado sem açúcar (para a massa)
- 1/4 xícara de coco ralado sem açúcar (para queimar)
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

Em uma frigideira, toste o coco ralado (1/4 xícara) até dourar levemente. Reserve.

No liquidificador, bata os ovos, o leite de coco, o óleo de coco e o adoçante.

Em uma tigela, misture a farinha de arroz e o coco ralado (1/2 xícara).

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e misture bem.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 35-45 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar e polvilhe o coco queimado por cima.

Bolo de Pistache

Ingredientes:

- 1 xícara de farinha de amêndoas

1/2 xícara de farinha de coco

1/4 xícara de pistaches triturados (sem sal)

1/2 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

4 ovos grandes

1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, coco ou aveia)

1/4 xícara de óleo de coco derretido

1 colher de chá de extrato de baunilha

1 colher de sopa de fermento em pó

Uma pitada de sal

Opcional: algumas gotas de extrato natural de pistache ou corante verde natural (espinafre em pó)

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de amêndoas.

Em uma tigela grande, misture as farinhas de amêndoas e coco, os pistaches triturados, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o leite vegetal, o óleo de coco e o extrato de baunilha (e o extrato/corante de pistache, se usar).

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Red Velvet

Ingredientes:

Bolo de Pistache com Framboesa

Ingredientes:

- 1 xícara de farinha de amêndoas
- 1/2 xícara de farinha de coco
- 1/4 xícara de pistaches triturados (sem sal)
- 1/2 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)
- 4 ovos grandes
- 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, coco ou aveia)
- 1/4 xícara de óleo de coco derretido
- 1 colher de chá de extrato de baunilha
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- Uma pitada de sal
- 1/2 xícara de framboesas frescas ou congeladas

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de amêndoas.

Em uma tigela grande, misture as farinhas de amêndoas e coco, os pistaches triturados, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o leite vegetal, o óleo de coco e o extrato de baunilha. Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Incorpore as framboesas delicadamente à massa.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo de Capuccino

Ingredientes:

- 1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz
- 1/2 xícara de fécula de batata
- 1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)
- 3 ovos grandes
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de café forte coado e frio
- 1 colher de sopa de cacau em pó sem açúcar
- 1 colher de chá de extrato de baunilha
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante, o cacau em pó e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o café frio e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo de Fubá com Goiabada

Ingredientes:

- 3 ovos
- 1 xícara de fubá
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1 xícara de leite vegetal (coco, amêndoa, etc.)
- 1/2 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- 1 pitada de sal
- 1/2 xícara de goiabada cremosa sem açúcar, em cubos pequenos

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

No liquidificador, bata os ovos, o leite vegetal, o adoçante e o óleo de coco.

Adicione o fubá, a farinha de arroz e o sal, batendo até incorporar.

Por último, adicione o fermento em pó, pulsando rapidamente para misturar.

Despeje metade da massa na forma, distribua os cubos de goiabada e cubra com o restante da massa.

Asse por cerca de 35-45 minutos, ou até dourar e firmar.

Deixe esfriar antes de desenformar e servir.

Bolo de Pistache com Limão

Ingredientes:

- 1 xícara de farinha de amêndoas
- 1/2 xícara de farinha de coco
- 1/4 xícara de pistaches triturados (sem sal)
- 1/2 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)
- 4 ovos grandes
- 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, coco ou aveia)
- 1/4 xícara de óleo de coco derretido
- 1 colher de chá de extrato de baunilha
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- Uma pitada de sal
- Raspas de 1 limão siciliano
- Suco de 1/2 limão siciliano

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de amêndoas.

Em uma tigela grande, misture as farinhas de amêndoas e coco, os pistaches triturados, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o leite vegetal, o óleo de coco, o extrato de baunilha, as raspas e o suco de limão.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo de Churros

Ingredientes:

- 1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz
- 1/2 xícara de fécula de batata
- 1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)
- 3 ovos grandes
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- 1 colher de chá de canela em pó
- Uma pitada de sal

Para a Cobertura (Doce de Leite Vegano):

- 1 lata de leite de coco integral (refrigerado por 24h)
- 1/4 xícara de adoçante culinário em pó
- 1 colher de chá de extrato de baunilha
- Canela em pó para polvilhar

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante, a canela em pó e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco e o leite vegetal.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Prepare o Doce de Leite Vegano: Retire a parte sólida do leite de coco refrigerado e bata no liquidificador com o adoçante em pó e o extrato de baunilha até obter uma consistência cremosa. Se necessário, adicione um pouco da água do coco para ajustar a consistência. Espalhe o doce de leite vegano sobre o bolo frio e polvilhe com canela em pó.

Bolo de Chocolate com Morango

Ingredientes: - 1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de cacau em pó sem açúcar

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

1 colher de chá de bicarbonato de sódio

1/2 colher de chá de sal

2 ovos grandes

1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1/2 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola)

1 colher de chá de extrato de baunilha

1 xícara de morangos frescos picados

Para a Cobertura (Ganache de Chocolate Vegano):

1/2 xícara de chocolate amargo sem açúcar (70% cacau ou mais), picado

1/4 xícara de creme de coco (parte sólida do leite de coco)

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo e cacau em pó.

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, o cacau em pó, o adoçante, o bicarbonato de sódio e o sal. Misture bem.

Em outra tigela, misture os ovos, o leite vegetal, o óleo vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture delicadamente até a massa ficar homogênea. Não misture em excesso.

Incorpore delicadamente os morangos picados à massa.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 25-30 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Prepare a Ganache: Em banho-maria ou no micro-ondas, derreta o chocolate amargo com o creme de coco, mexendo até obter uma mistura lisa e homogênea. Deixe esfriar um pouco e espalhe sobre o bolo frio.

Bolo com Recheio de Mousse

Ingredientes:

- Para o Bolo de Chocolate:

- 1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz
- 1/2 xícara de cacau em pó sem açúcar
- 1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)
- 1 colher de chá de bicarbonato de sódio
- 1/2 colher de chá de sal
- 2 ovos grandes
- 1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)
- 1/2 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola)
- 1 colher de chá de extrato de baunilha

Para a Mousse de Chocolate Vegana:

- 1 abacate médio maduro
- 1/2 xícara de cacau em pó sem açúcar
- 1/4 xícara de adoçante culinário em pó
- 1/4 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)
- 1 colher de chá de extrato de baunilha

Modo de Preparo:

Prepare o Bolo: Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo e cacau em pó.

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, o cacau em pó, o adoçante, o bicarbonato de sódio e o sal. Misture bem.

Em outra tigela, misture os ovos, o leite vegetal, o óleo vegetal e o extrato de baunilha. Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture delicadamente até a massa ficar homogênea. Não misture em excesso.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 25-30 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar completamente. Corte o bolo ao meio horizontalmente.

Prepare a Mousse: No processador de alimentos, bata o abacate, o cacau em pó, o adoçante em pó, o leite vegetal e o extrato de baunilha até obter uma mousse lisa e cremosa. Espalhe a mousse sobre a primeira camada do bolo. Cubra com a segunda camada de bolo. Leve à geladeira por pelo menos 1 hora para firmar a mousse antes de servir.

Bolo Snickers

Ingredientes:

- Para o Bolo de Chocolate:

1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de cacau em pó sem açúcar

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

1 colher de chá de bicarbonato de sódio

1/2 colher de chá de sal

2 ovos grandes

1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1/2 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola)

1 colher de chá de extrato de baunilha

Para o Recheio de Caramelo, Amendoim e Chocolate:

1/2 xícara de pasta de amendoim integral sem açúcar

1/4 xícara de adoçante culinário em pó

2 colheres de sopa de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1/4 xícara de amendoim torrado picado

1/4 xícara de chocolate amargo sem açúcar (70% cacau ou mais), picado

Modo de Preparo:

Prepare o Bolo: Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo e cacau em pó.

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, o cacau em pó, o adoçante, o bicarbonato de sódio e o sal. Misture bem.

Em outra tigela, misture os ovos, o leite vegetal, o óleo vegetal e o extrato de baunilha. Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture delicadamente até a massa ficar homogênea. Não misture em excesso.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 25-30 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente. Corte o bolo ao meio horizontalmente.

Prepare o Recheio: Em uma tigela, misture a pasta de amendoim, o adoçante em pó e o leite vegetal até obter um creme homogêneo. Incorpore o amendoim picado e o chocolate picado. Espalhe o recheio sobre a primeira camada do bolo. Cubra com a segunda camada de bolo. Se desejar, cubra o bolo com uma ganache de chocolate vegana.

Bolo de Três Leites

Ingredientes: - Para o Bolo de Baunilha:

1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de fécula de batata

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

3 ovos grandes

1/2 xícara de óleo de coco

1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1 colher de chá de extrato de baunilha

1 colher de sopa de fermento em pó

Uma pitada de sal

Para a Mistura de Três Leites:

1 xícara de leite de coco integral

1/2 xícara de leite de amêndoas sem açúcar

1/4 xícara de creme de coco (parte sólida do leite de coco)

1/4 xícara de adoçante culinário em pó

Modo de Preparo:

Prepare o Bolo: Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar completamente na forma.

Prepare a Mistura de Três Leites: Em uma tigela, misture o leite de coco integral, o leite de amêndoas, o creme de coco e o adoçante em pó. Misture bem até o adoçante dissolver. Com um garfo, faça furos por todo o bolo já frio. Despeje a mistura de três leites sobre o bolo, garantindo que seja absorvida uniformemente. Leve à geladeira por pelo menos 4 horas, ou preferencialmente de um dia para o outro.

Bolo de Sorvete

Ingredientes:

- Para a Base do Bolo (Brownie sem glúten e sem açúcar):

1/2 xícara de farinha de amêndoas

1/4 xícara de cacau em pó sem açúcar

1/4 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

1 ovo grande

1/4 xícara de óleo de coco derretido

1 colher de chá de extrato de baunilha

Uma pitada de sal

Para o Recheio de Sorvete:

1 litro de sorvete vegano sem açúcar (sabor de sua preferência, ex: coco, baunilha, chocolate)

Modo de Preparo:

Prepare a Base do Bolo: Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo redonda (aproximadamente 20cm) com óleo de coco e cacau em pó.

Em uma tigela, misture a farinha de amêndoas, o cacau em pó, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata o ovo, o óleo de coco e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 15-20 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia com algumas migalhas úmidas.

Deixe a base do bolo esfriar completamente na forma.

Monte o Bolo de Sorvete: Amacie o sorvete vegano em temperatura ambiente por alguns minutos. Espalhe o sorvete sobre a base do bolo já fria e nivelada na forma.

Leve ao freezer por pelo menos 4 horas, ou até que o sorvete esteja completamente firme.

Para servir, retire do freezer alguns minutos antes para facilitar o corte.

Bolo Prestígio

Ingredientes:

- Para o Bolo de Chocolate:

1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de cacau em pó sem açúcar

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

1 colher de chá de bicarbonato de sódio

1/2 colher de chá de sal

2 ovos grandes

1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1/2 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola)

1 colher de chá de extrato de baunilha

Para o Recheio de Coco:

1 xícara de coco ralado sem açúcar

1/2 xícara de leite de coco

1/4 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

1 colher de chá de extrato de baunilha

Modo de Preparo:

Prepare o Bolo: Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo e cacau em pó.

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, o cacau em pó, o adoçante, o bicarbonato de sódio e o sal. Misture bem.

Em outra tigela, misture os ovos, o leite vegetal, o óleo vegetal e o extrato de baunilha. Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture delicadamente até a massa ficar homogênea. Não misture em excesso.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 25-30 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente. Corte o bolo ao meio horizontalmente.

Prepare o Recheio de Coco: Em uma panela, misture o coco ralado, o leite de coco, o adoçante e o extrato de baunilha. Leve ao fogo baixo, mexendo sempre, até a mistura engrossar e soltar do fundo da panela. Deixe esfriar completamente. Espalhe o recheio de coco sobre a primeira camada do bolo. Cubra com a segunda camada de bolo. Se desejar, cubra o bolo com uma ganache de chocolate vegana (receita similar à do Bolo de Chocolate com Morango).

Bolo Charge

Ingredientes:

- Para o Bolo de Chocolate:

1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de cacau em pó sem açúcar

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

1 colher de chá de bicarbonato de sódio

1/2 colher de chá de sal

2 ovos grandes

1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1/2 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola)

1 colher de chá de extrato de baunilha

Para o Recheio de Caramelo e Amendoim:

1/2 xícara de pasta de amendoim integral sem açúcar

1/4 xícara de adoçante culinário em pó

2 colheres de sopa de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1/4 xícara de amendoim torrado picado

Modo de Preparo:

Prepare o Bolo: Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo e cacau em pó.

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, o cacau em pó, o adoçante, o bicarbonato de sódio e o sal. Misture bem.

Em outra tigela, misture os ovos, o leite vegetal, o óleo vegetal e o extrato de baunilha. Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture delicadamente até a massa ficar homogênea. Não misture em excesso.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 25-30 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente. Corte o bolo ao meio horizontalmente.

Prepare o Recheio: Em uma tigela, misture a pasta de amendoim, o adoçante em pó e o leite vegetal até obter um creme homogêneo. Incorpore o amendoim picado.

Espalhe o recheio sobre a primeira camada do bolo. Cubra com a segunda camada de bolo. Se desejar, cubra o bolo com uma ganache de chocolate vegana.

Bolo de Chocolate Cremoso

Ingredientes: - 1 xícara de farinha de amêndoas

1/2 xícara de cacau em pó sem açúcar

1/2 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

1/2 colher de chá de bicarbonato de sódio

1/4 colher de chá de sal

3 ovos grandes

1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1/4 xícara de óleo de coco derretido

1 colher de chá de extrato de baunilha

1/2 xícara de chocolate amargo sem açúcar (70% cacau ou mais), picado

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e cacau em pó. Em uma tigela grande, misture a farinha de amêndoas, o cacau em pó, o adoçante, o bicarbonato de sódio e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o leite vegetal, o óleo de coco e o extrato de baunilha. Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Derreta o chocolate amargo em banho-maria ou no micro-ondas e adicione à massa, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 25-30 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia com algumas migalhas úmidas (para manter a cremosidade).

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo Floresta Negra

Ingredientes:

- Para o Bolo de Chocolate:

1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de cacau em pó sem açúcar

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

1 colher de chá de bicarbonato de sódio

1/2 colher de chá de sal

2 ovos grandes

1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1/2 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola)

1 colher de chá de extrato de baunilha

Para o Recheio e Cobertura:

1 xícara de creme de coco gelado (parte sólida do leite de coco)

2 colheres de sopa de adoçante culinário em pó

1 colher de chá de extrato de baunilha

1 xícara de cerejas frescas ou congeladas (sem caroço)

Raspas de chocolate amargo sem açúcar para decorar

Modo de Preparo:

Prepare o Bolo: Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo e cacau em pó.

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, o cacau em pó, o adoçante, o bicarbonato de sódio e o sal. Misture bem.

Em outra tigela, misture os ovos, o leite vegetal, o óleo vegetal e o extrato de baunilha. Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture delicadamente até a massa ficar homogênea. Não misture em excesso.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 25-30 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente. Corte o bolo ao meio horizontalmente. Prepare o Recheio e Cobertura: Bata o creme de coco gelado com o adoçante em pó e o extrato de baunilha até obter uma consistência de chantilly. Espalhe metade do chantilly de coco sobre a primeira camada do bolo. Distribua as cerejas sobre o chantilly. Cubra com a segunda camada de bolo. Cubra todo o bolo com o restante do chantilly de coco e decore com raspas de chocolate amargo e algumas cerejas inteiras.

Bolo de Morango com Chantilly

Ingredientes:

- Para o Bolo de Baunilha:

1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de fécula de batata

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

3 ovos grandes

1/2 xícara de óleo de coco

1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1 colher de chá de extrato de baunilha

1 colher de sopa de fermento em pó

Uma pitada de sal

Para o Chantilly de Coco e Morangos:

1 xícara de creme de coco gelado (parte sólida do leite de coco)

2 colheres de sopa de adoçante culinário em pó

1 colher de chá de extrato de baunilha

1 e 1/2 xícaras de morangos frescos fatiados

Modo de Preparo:

Prepare o Bolo: Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente. Corte o bolo ao meio horizontalmente. Prepare o Chantilly de Coco: Bata o creme de coco gelado com o adoçante em pó e o extrato de baunilha até obter uma consistência de chantilly. Espalhe metade do chantilly de coco sobre a primeira camada do bolo. Distribua os morangos fatiados sobre o chantilly. Cubra com a segunda camada de bolo. Cubra todo o bolo com o restante do chantilly de coco e decore com morangos frescos.

Bolo de Chocolate Branco

Ingredientes:

- 1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de fécula de batata

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

3 ovos grandes

1/2 xícara de óleo de coco

1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1 colher de chá de extrato de baunilha

1 colher de sopa de fermento em pó

Uma pitada de sal

1/2 xícara de chocolate branco sem açúcar (à base de manteiga de cacau e adoçante), picado

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Derreta o chocolate branco sem açúcar em banho-maria ou no micro-ondas e adicione à massa, misturando delicadamente.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo de Ninho com Morango

Ingredientes: - Para o Bolo de Baunilha:

1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de fécula de batata

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

3 ovos grandes

1/2 xícara de óleo de coco

1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1 colher de chá de extrato de baunilha

1 colher de sopa de fermento em pó

Uma pitada de sal

Para o Recheio e Cobertura de Ninho:

1 xícara de leite de coco em pó (sem açúcar)

1/2 xícara de creme de coco (parte sólida do leite de coco)

1/4 xícara de adoçante culinário em pó

1 colher de chá de extrato de baunilha

1 e 1/2 xícaras de morangos frescos fatiados

Modo de Preparo:

Prepare o Bolo: Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente. Corte o bolo ao meio horizontalmente. Prepare o

Recheio e Cobertura de Ninho: Em uma tigela, misture o leite de coco em pó, o creme de coco, o adoçante em pó e o extrato de baunilha. Bata com um garfo ou batedor de arame até obter uma consistência cremosa e homogênea. Espalhe metade do creme de ninho sobre a primeira camada do bolo. Distribua os morangos fatiados sobre o creme. Cubra com a segunda camada de bolo. Cubra todo o bolo com o restante do creme de ninho e decore com morangos frescos e um pouco de leite de coco em pó, se desejar.

Bolo de Leite Ninho

Ingredientes:

- Para o Bolo de Baunilha:

1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de fécula de batata

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

3 ovos grandes

1/2 xícara de óleo de coco

1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1 colher de chá de extrato de baunilha

1 colher de sopa de fermento em pó

Uma pitada de sal

Para a Cobertura de Ninho:

1 xícara de leite de coco em pó (sem açúcar)

1/2 xícara de creme de coco (parte sólida do leite de coco)

1/4 xícara de adoçante culinário em pó

1 colher de chá de extrato de baunilha

Modo de Preparo:

Prepare o Bolo: Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Prepare a Cobertura de Ninho: Em uma tigela, misture o leite de coco em pó, o creme de coco, o adoçante em pó e o extrato de baunilha. Bata com um garfo ou batedor de arame até obter uma consistência cremosa e homogênea. Cubra o bolo frio com o creme de ninho e polvilhe com um pouco de leite de coco em pó, se desejar.

Bolo de Limão Siciliano

Ingredientes:

- 1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz
- 1/2 xícara de fécula de batata
- 1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)
- 3 ovos grandes
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)
- Raspas de 2 limões sicilianos
- Suco de 1 limão siciliano
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal, as raspas e o suco de limão siciliano.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo de Coco Gelado

Ingredientes: - Para o Bolo:

1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz
1/2 xícara de fécula de batata
1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)
3 ovos grandes
1/2 xícara de óleo de coco
1 xícara de leite de coco
1 colher de chá de extrato de baunilha
1 colher de sopa de fermento em pó
Uma pitada de sal

Para a Calda:

1 xícara de leite de coco
1/2 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)
1/2 xícara de coco ralado sem açúcar

Modo de Preparo:

Prepare o Bolo: Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite de coco e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar completamente na forma.

Prepare a Calda: Em uma panela, misture o leite de coco e o adoçante. Leve ao fogo baixo, mexendo até o adoçante dissolver. Adicione o coco ralado e cozinhe por mais 2-3 minutos. Deixe esfriar. Com um garfo, faça furos por todo o bolo frio. Despeje a calda sobre o bolo, garantindo que seja absorvida uniformemente. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo de Banana Caramelada

Ingredientes: - Para o Caramelo:

1/2 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

1/4 xícara de água

2 bananas maduras fatiadas

Para o Bolo:

1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de fécula de batata

1/2 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

3 ovos grandes

1/2 xícara de óleo de coco

1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1 colher de chá de extrato de baunilha

1 colher de sopa de fermento em pó

Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C.

Prepare o Caramelo: Em uma forma de bolo (aproximadamente 22cm de diâmetro), misture o adoçante e a água. Leve ao fogo baixo diretamente na boca do fogão, mexendo ocasionalmente, até o adoçante dissolver e a mistura começar a borbulhar e engrossar levemente (não vai caramelizar como açúcar, mas formará uma calda).

Retire do fogo e distribua as fatias de banana no fundo da forma, sobre a calda.

Prepare o Bolo: Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa cuidadosamente sobre as bananas carameladas na forma. Leve ao forno por 35-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por 5-10 minutos antes de desenformar cuidadosamente sobre um prato de servir.

Bolo de Maçã com Canela

Ingredientes:

- 1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz
- 1/2 xícara de fécula de batata
- 1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)
- 3 ovos grandes
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)
- 1 colher de chá de extrato de baunilha
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- Uma pitada de sal
- 2 maçãs médias, descascadas, sem miolo e picadas
- 1 colher de chá de canela em pó

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Incorpore as maçãs picadas e a canela em pó à massa.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 35-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo de Tapioca

Ingredientes: - 1 xícara de tapioca granulada (não a goma)

1 xícara de leite de coco quente

1/2 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

3 ovos grandes

1/4 xícara de óleo de coco

1 colher de chá de extrato de baunilha

1 colher de sopa de fermento em pó

Uma pitada de sal

1/2 xícara de coco ralado sem açúcar

Modo de Preparo:

Em uma tigela, coloque a tapioca granulada e despeje o leite de coco quente por cima. Deixe hidratar por cerca de 15-20 minutos, mexendo ocasionalmente, até absorver o líquido.

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Na tigela da tapioca hidratada, adicione o adoçante, os ovos, o óleo de coco, o extrato de baunilha e o sal. Misture bem.

Adicione o coco ralado e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 35-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo de Iogurte

Ingredientes:

- 1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de fécula de batata

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

3 ovos grandes

1/2 xícara de óleo de coco

1 pote (170g) de iogurte natural vegano (coco ou amêndoa, sem açúcar)

1 colher de chá de extrato de baunilha

1 colher de sopa de fermento em pó

Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o iogurte vegano e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo de Café

Ingredientes:

- 1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz
- 1/2 xícara de fécula de batata
- 1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)
- 3 ovos grandes
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de café forte coado e frio
- 1 colher de chá de extrato de baunilha
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o café frio e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo de Avelã

Ingredientes:

- 1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz
- 1/2 xícara de fécula de batata
- 1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)
- 3 ovos grandes
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)
- 1 colher de chá de extrato de baunilha
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- Uma pitada de sal
- 1 xícara de avelãs trituradas (sem pele)

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Incorpore as avelãs trituradas à massa.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo de Amêndoas

Ingredientes: - 2 xícaras de farinha de amêndoas

1/2 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

4 ovos grandes

1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1/4 xícara de óleo de coco derretido

1 colher de chá de extrato de amêndoas (opcional)

1 colher de sopa de fermento em pó

Uma pitada de sal

Amêndoas laminadas para decorar (opcional)

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de amêndoas.

Em uma tigela grande, misture a farinha de amêndoas, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o leite vegetal, o óleo de coco e o extrato de amêndoas (se usar).

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente. Decore com amêndoas laminadas, se desejar.

Bolo de Chocolate com Pistache

Ingredientes:

- 1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz
- 1/2 xícara de cacau em pó sem açúcar
- 1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)
- 1 colher de chá de bicarbonato de sódio
- 1/2 colher de chá de sal
- 2 ovos grandes
- 1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)
- 1/2 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola)
- 1 colher de chá de extrato de baunilha
- 1/2 xícara de pistaches triturados (sem sal)

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo e cacau em pó.

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, o cacau em pó, o adoçante, o bicarbonato de sódio e o sal. Misture bem.

Em outra tigela, misture os ovos, o leite vegetal, o óleo vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture delicadamente até a massa ficar homogênea. Não misture em excesso.

Incorpore os pistaches triturados à massa.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 25-30 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo de Morango com Chocolate Branco

Ingredientes:

- Para o Bolo de Baunilha:

1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de fécula de batata

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

3 ovos grandes

1/2 xícara de óleo de coco

1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1 colher de chá de extrato de baunilha

1 colher de sopa de fermento em pó

Uma pitada de sal

Para o Recheio e Cobertura:

1/2 xícara de chocolate branco sem açúcar (à base de manteiga de cacau e adoçante),
picado

1/4 xícara de creme de coco (parte sólida do leite de coco)

1 e 1/2 xícaras de morangos frescos fatiados

Modo de Preparo:

Prepare o Bolo: Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente. Corte o bolo ao meio horizontalmente.

Prepare o Recheio e Cobertura: Em banho-maria ou no micro-ondas, derreta o chocolate branco sem açúcar com o creme de coco, mexendo até obter uma mistura lisa e homogênea. Deixe esfriar um pouco. Espalhe metade do creme de chocolate branco sobre a primeira camada do bolo. Distribua os morangos fatiados sobre o creme. Cubra com a segunda camada de bolo. Cubra todo o bolo com o restante do creme de chocolate branco e decore com morangos frescos.

Bolo de Cookies & Cream

Ingredientes: - Para o Bolo de Baunilha:

1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de fécula de batata

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

3 ovos grandes

1/2 xícara de óleo de coco

1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1 colher de chá de extrato de baunilha

1 colher de sopa de fermento em pó

Uma pitada de sal

Para o Recheio e Cobertura:

1 xícara de creme de coco gelado (parte sólida do leite de coco)

2 colheres de sopa de adoçante culinário em pó

1 colher de chá de extrato de baunilha

1/2 xícara de biscoitos de chocolate sem glúten e sem açúcar triturados (verifique os ingredientes para garantir que sejam sem lactose)

Modo de Preparo:

Prepare o Bolo: Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente. Corte o bolo ao meio horizontalmente. Prepare o Recheio e Cobertura: Bata o creme de coco gelado com o adoçante em pó e o extrato de baunilha até obter uma consistência de chantilly. Incorpore delicadamente os biscoitos triturados. Espalhe metade do creme de cookies & cream sobre a primeira camada do bolo. Cubra com a segunda camada de bolo. Cubra todo o bolo com o restante do creme e decore com mais biscoitos triturados, se desejar.

Bolo de Paçoca

Ingredientes:

- 1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de fécula de batata

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

3 ovos grandes

1/2 xícara de óleo de coco

1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1 colher de chá de extrato de baunilha

1 colher de sopa de fermento em pó

Uma pitada de sal

1/2 xícara de paçoca esfarelada (verifique os ingredientes para garantir que seja sem açúcar, sem glúten e sem lactose)

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Incorpore a paçoca esfarelada à massa.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo de Raffaello

Ingredientes: - Para o Bolo de Coco:

1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de fécula de batata

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

3 ovos grandes

1/2 xícara de óleo de coco

1 xícara de leite de coco

1 colher de chá de extrato de baunilha

1 colher de sopa de fermento em pó

Uma pitada de sal

1/2 xícara de coco ralado sem açúcar

Para o Recheio e Cobertura:

1 xícara de creme de coco gelado (parte sólida do leite de coco)

1/4 xícara de adoçante culinário em pó

1 colher de chá de extrato de baunilha

1/4 xícara de amêndoas laminadas torradas

Coco ralado para decorar

Modo de Preparo:

Prepare o Bolo: Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite de coco e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e o coco ralado, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente. Corte o bolo ao meio horizontalmente. Prepare o Recheio e Cobertura: Bata o creme de coco gelado com o adoçante em pó e o extrato de baunilha até obter uma consistência de chantilly. Espalhe metade do chantilly de coco sobre a primeira camada do bolo. Distribua as amêndoas laminadas. Cubra com a segunda camada de bolo. Cubra todo o bolo com o restante do chantilly de coco e decore com coco ralado e algumas amêndoas laminadas.

Bolo de Ferrero Rocher

Ingredientes: - Para o Bolo de Chocolate:

- 1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz
- 1/2 xícara de cacau em pó sem açúcar
- 1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)
- 1 colher de chá de bicarbonato de sódio
- 1/2 colher de chá de sal
- 2 ovos grandes
- 1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)
- 1/2 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola)
- 1 colher de chá de extrato de baunilha

Para o Recheio e Cobertura (Creme de Avelã e Chocolate):

- 1 xícara de avelãs torradas e sem pele
- 1/2 xícara de chocolate amargo sem açúcar (70% cacau ou mais), derretido
- 1/4 xícara de adoçante culinário em pó
- 1/4 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)
- 1 colher de chá de extrato de baunilha
- Avelãs picadas para decorar

Modo de Preparo:

Prepare o Bolo: Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo e cacau em pó.

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, o cacau em pó, o adoçante, o bicarbonato de sódio e o sal. Misture bem.

Em outra tigela, misture os ovos, o leite vegetal, o óleo vegetal e o extrato de baunilha. Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture delicadamente até a massa ficar homogênea. Não misture em excesso.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 25-30 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente. Corte o bolo ao meio horizontalmente. Prepare o Creme de Avelã e Chocolate: No processador de alimentos, triture as avelãs torradas até virar uma pasta. Adicione o chocolate derretido, o adoçante em pó, o leite vegetal e o extrato de baunilha. Processe até obter um creme homogêneo. Espalhe metade do creme sobre a primeira camada do bolo. Cubra com a segunda camada de bolo. Cubra todo o bolo com o restante do creme e decore com avelãs picadas.

Bolo de Kinder Bueno

Ingredientes: - Para o Bolo de Baunilha:

1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de fécula de batata

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

3 ovos grandes

1/2 xícara de óleo de coco

1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1 colher de chá de extrato de baunilha

1 colher de sopa de fermento em pó

Uma pitada de sal

Para o Recheio e Cobertura (Creme de Avelã e Chocolate Branco):

1/2 xícara de avelãs torradas e sem pele

1/4 xícara de chocolate branco sem açúcar (à base de manteiga de cacau e adoçante), derretido

1/4 xícara de adoçante culinário em pó

1/4 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1 colher de chá de extrato de baunilha

Avelãs picadas e chocolate branco sem açúcar picado para decorar

Modo de Preparo:

Prepare o Bolo: Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo. Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente. Corte o bolo ao meio horizontalmente. Prepare o Creme de Avelã e Chocolate Branco: No processador de alimentos, triture as avelãs torradas até virar uma pasta. Adicione o chocolate branco derretido, o adoçante em pó, o leite vegetal e o extrato de baunilha. Processe até obter um creme homogêneo. Espalhe metade do creme sobre a primeira camada do bolo. Cubra com a segunda camada de bolo. Cubra todo o bolo com o restante do creme e decore com avelãs picadas e chocolate branco picado.

Bolo de Oreo

Ingredientes:

- Para o Bolo de Chocolate:

1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de cacau em pó sem açúcar

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

1 colher de chá de bicarbonato de sódio

1/2 colher de chá de sal

2 ovos grandes

1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1/2 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola)

1 colher de chá de extrato de baunilha

Para o Recheio e Cobertura:

1 xícara de creme de coco gelado (parte sólida do leite de coco)

2 colheres de sopa de adoçante culinário em pó

1 colher de chá de extrato de baunilha

1/2 xícara de biscoitos de chocolate sem glúten e sem açúcar (verifique os ingredientes para garantir que sejam sem lactose), triturados grosseiramente

Modo de Preparo:

Prepare o Bolo: Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo e cacau em pó.

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, o cacau em pó, o adoçante, o bicarbonato de sódio e o sal. Misture bem.

Em outra tigela, misture os ovos, o leite vegetal, o óleo vegetal e o extrato de baunilha. Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture delicadamente até a massa ficar homogênea. Não misture em excesso.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 25-30 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente. Corte o bolo ao meio horizontalmente.

Prepare o Recheio e Cobertura: Bata o creme de coco gelado com o adoçante em pó e o extrato de baunilha até obter uma consistência de chantilly. Incorpore delicadamente os biscoitos triturados. Espalhe metade do creme sobre a primeira camada do bolo.

Cubra com a segunda camada de bolo. Cubra todo o bolo com o restante do creme e decore com mais biscoitos triturados.

Bolo de Nutella

Ingredientes:

- Para o Bolo de Chocolate:

1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de cacau em pó sem açúcar

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

1 colher de chá de bicarbonato de sódio

1/2 colher de chá de sal

2 ovos grandes

1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1/2 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola)

1 colher de chá de extrato de baunilha

Para o Recheio e Cobertura (Creme de Avelã e Cacau):

1 xícara de avelãs torradas e sem pele

1/2 xícara de cacau em pó sem açúcar

1/4 xícara de adoçante culinário em pó

1/4 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1 colher de chá de extrato de baunilha

Modo de Preparo:

Prepare o Bolo: Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo e cacau em pó.

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, o cacau em pó, o adoçante, o bicarbonato de sódio e o sal. Misture bem.

Em outra tigela, misture os ovos, o leite vegetal, o óleo vegetal e o extrato de baunilha. Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture delicadamente até a massa ficar homogênea. Não misture em excesso.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 25-30 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente. Corte o bolo ao meio horizontalmente.

Prepare o Creme de Avelã e Cacau: No processador de alimentos, triture as avelãs torradas até virar uma pasta. Adicione o cacau em pó, o adoçante em pó, o leite vegetal e o extrato de baunilha. Processe até obter um creme homogêneo. Espalhe metade do creme sobre a primeira camada do bolo. Cubra com a segunda camada de bolo. Cubra todo o bolo com o restante do creme.

Bolo de Pêssego

Ingredientes:

- 1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de fécula de batata

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

3 ovos grandes

1/2 xícara de óleo de coco

1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1 colher de chá de extrato de baunilha

1 colher de sopa de fermento em pó

Uma pitada de sal

1 xícara de pêssegos frescos ou em calda (sem açúcar), picados

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Incorpore os pêssegos picados à massa.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo de Frutas Vermelhas

Ingredientes:

- 1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de fécula de batata

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

3 ovos grandes

1/2 xícara de óleo de coco

1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1 colher de chá de extrato de baunilha

1 colher de sopa de fermento em pó

Uma pitada de sal

1 xícara de frutas vermelhas mistas (morango, framboesa, amora, mirtilo) frescas ou congeladas

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Incorpore as frutas vermelhas à massa.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo de Framboesa com Limão

Ingredientes:

- 1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz
- 1/2 xícara de fécula de batata
- 1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)
- 3 ovos grandes
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)
- Raspas de 1 limão
- Suco de 1/2 limão
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- Uma pitada de sal
- 1 xícara de framboesas frescas ou congeladas

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal, as raspas e o suco de limão.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Incorpore as framboesas à massa.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo de Aipim/Mandioca

Ingredientes:

- 500g de aipim/mandioca crua ralada
- 3 ovos
- 1 xícara de leite de coco
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- 1 pitada de sal

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

Em uma tigela grande, misture o aipim ralado, os ovos, o leite de coco, o óleo de coco e o adoçante.

Adicione o fermento em pó e o sal, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 50-60 minutos, ou até dourar e firmar.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Coco Cremoso

Ingredientes:

- - 3 ovos
- 1 xícara de leite de coco
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de coco ralado sem açúcar
- 1/4 xícara de amido de milho
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

No liquidificador, bata os ovos, o leite de coco, o óleo de coco e o adoçante.

Em uma tigela, misture a farinha de arroz, o coco ralado e o amido de milho.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e misture bem.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 35-45 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Chocolate com Abobrinha

Ingredientes:

- 2 xícaras de abobrinha ralada (bem espremida para retirar o excesso de água)
- 3 ovos
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1 e 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de cacau em pó 100%
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- 1 colher de chá de bicarbonato de sódio
- 1 pitada de sal

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, o cacau em pó, o adoçante, o bicarbonato de sódio e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco e a abobrinha ralada.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até obter uma massa homogênea.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 40-50 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Castanha-do-Pará

Ingredientes:

- - 3 ovos
- 1 xícara de leite vegetal (coco, amêndoa, etc.)
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1 e 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de castanha-do-pará triturada
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

No liquidificador, bata os ovos, o leite vegetal, o óleo de coco e o adoçante.

Em uma tigela, misture a farinha de arroz e a castanha-do-pará triturada.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e misture bem.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 35-45 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Amendoim

Ingredientes:

- - 3 ovos
- 1 xícara de leite vegetal (coco, amêndoa, etc.)
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1 e 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de amendoim torrado e moído
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

No liquidificador, bata os ovos, o leite vegetal, o óleo de coco e o adoçante.

Em uma tigela, misture a farinha de arroz e o amendoim moído.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e misture bem.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 35-45 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Nozes

Ingredientes:

- - 3 ovos
- 1 xícara de leite vegetal (coco, amêndoa, etc.)
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1 e 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de nozes picadas
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

No liquidificador, bata os ovos, o leite vegetal, o óleo de coco e o adoçante.

Em uma tigela, misture a farinha de arroz e as nozes picadas.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e misture bem.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 35-45 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Gengibre

Ingredientes:

- - 3 ovos
- 1 xícara de leite vegetal (coco, amêndoa, etc.)
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1 e 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1 colher de sopa de gengibre fresco ralado
- 1 colher de chá de canela em pó
- 1/2 colher de chá de cravo em pó
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

No liquidificador, bata os ovos, o leite vegetal, o óleo de coco e o adoçante.

Em uma tigela, misture a farinha de arroz, o gengibre ralado, a canela e o cravo.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e misture bem.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 35-45 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Coco com Abacaxi

Ingredientes:

- - 3 ovos
- 1 xícara de leite de coco
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1 e 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de coco ralado sem açúcar
- 1/2 xícara de abacaxi picado
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

No liquidificador, bata os ovos, o leite de coco, o óleo de coco e o adoçante.

Em uma tigela, misture a farinha de arroz e o coco ralado.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e misture bem.

Adicione o abacaxi picado e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 35-45 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Fubá com Coco

Ingredientes:

- - 3 ovos
- 1 xícara de fubá
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1 xícara de leite de coco
- 1/2 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1/2 xícara de coco ralado sem açúcar
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

No liquidificador, bata os ovos, o leite de coco, o adoçante e o óleo de coco.

Em uma tigela, misture o fubá, a farinha de arroz e o coco ralado.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e misture bem.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 35-45 minutos, ou até dourar e firmar.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Batata Doce

Ingredientes:

- 1 xícara de batata doce cozida e amassada
- 3 ovos
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1 e 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- 1 colher de chá de canela em pó (opcional)

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

Em uma tigela, misture a batata doce amassada, os ovos, o óleo de coco e o adoçante.

Adicione a farinha de arroz e a canela (se estiver usando), misturando bem.

Por último, adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 40-50 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Abóbora com Coco

Ingredientes:

- 1 xícara de abóbora cozida e amassada
- 3 ovos
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1 e 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de coco ralado sem açúcar
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- 1 colher de chá de canela em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

Em uma tigela, misture a abóbora amassada, os ovos, o óleo de coco e o adoçante.

Adicione a farinha de arroz, o coco ralado e a canela, misturando bem.

Por último, adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 40-50 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Amêndoa

Ingredientes:

- - 3 ovos
- 1 xícara de farinha de amêndoa
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1 xícara de leite vegetal (coco, amêndoa, etc.)
- 1/2 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- Extrato de amêndoa a gosto (opcional)

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

No liquidificador, bata os ovos, o leite vegetal, o adoçante e o óleo de coco.

Em uma tigela, misture a farinha de amêndoa e a farinha de arroz.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e misture bem.

Adicione o extrato de amêndoa (se estiver usando) e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 35-45 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Milho Cremoso com Coco

Ingredientes:

- 1 lata de milho verde escorrido
- 3 ovos
- 1 xícara de leite de coco
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1/2 xícara de fubá
- 1/2 xícara de coco ralado sem açúcar
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

No liquidificador, bata o milho, os ovos, o leite de coco, o óleo de coco e o adoçante até obter uma mistura homogênea.

Em uma tigela, misture o fubá e o coco ralado.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e misture bem.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 40-50 minutos, ou até dourar e firmar.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Laranja com Coco

Ingredientes:

- - 3 ovos
- 1 xícara de suco de laranja natural
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1 e 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de coco ralado sem açúcar
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- Raspas de 1 laranja

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

No liquidificador, bata os ovos, o suco de laranja, o óleo de coco e o adoçante.

Em uma tigela, misture a farinha de arroz, o coco ralado e as raspas de laranja.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e misture bem.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 35-45 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Milho Verde

Ingredientes:

- 2 xícaras de milho verde (fresco ou em lata, escorrido)
- 3 ovos
- 1 xícara de leite de coco
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1/2 xícara de fubá
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

No liquidificador, bata o milho, os ovos, o leite de coco, o óleo de coco e o adoçante até obter uma mistura homogênea.

Em uma tigela, adicione o fubá e despeje a mistura líquida, misturando bem.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 40-50 minutos, ou até dourar e firmar.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Fubá com Erva-Doce

Ingredientes:

- - 3 ovos
- 1 xícara de fubá
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1 xícara de leite vegetal (coco, amêndoa, etc.)
- 1/2 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- 1 colher de sopa de erva-doce

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

No liquidificador, bata os ovos, o leite vegetal, o adoçante e o óleo de coco.

Em uma tigela, misture o fubá e a farinha de arroz.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e misture bem.

Adicione a erva-doce e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 35-45 minutos, ou até dourar e firmar.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Banana com Aveia

Ingredientes:

- 3 bananas maduras amassadas
- 3 ovos
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1/2 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1 xícara de farinha de aveia (certificada sem glúten)
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- 1 colher de chá de canela em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

Em uma tigela, misture as bananas amassadas, os ovos, o óleo de coco e o adoçante.

Adicione a farinha de aveia, a farinha de arroz e a canela, misturando bem.

Por último, adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 35-45 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Chocolate com Café

Ingredientes:

- 1 e 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de cacau em pó 100%
- 1 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1 xícara de café coado forte (frio)
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 2 ovos
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- 1 pitada de sal

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, o cacau em pó, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco e o café coado.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até obter uma massa homogênea.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 30-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Cenoura com Cobertura de Chocolate

Ingredientes:

- 3 cenouras médias picadas
- 3 ovos
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1 e 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de fécula de batata
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- 1 pitada de sal

Para a Cobertura:

- 1/2 xícara de cacau em pó 100%
- 1/4 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1/4 xícara de leite vegetal (coco, amêndoa, etc.)
- 2 colheres de sopa de óleo de coco

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

No liquidificador, bata as cenouras, os ovos, o óleo de coco e o adoçante até obter uma mistura homogênea.

Em uma tigela separada, misture a farinha de arroz, a fécula de batata e o sal.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e misture delicadamente até incorporar.

Adicione o fermento em pó e misture suavemente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 40-50 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Enquanto o bolo assa, prepare a cobertura: em uma panela pequena, misture o cacau em pó, o adoçante, o leite vegetal e o óleo de coco. Leve ao fogo baixo, mexendo sempre até engrossar.

Deixe o bolo esfriar um pouco antes de desenformar e cubra com a calda de chocolate.

Bolo de Cenoura com Especiarias

Ingredientes:

- - 3 cenouras médias picadas
- 3 ovos
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1 e 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de fécula de batata
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- 1 colher de chá de canela em pó
- 1/2 colher de chá de noz-moscada ralada
- 1/4 colher de chá de cravo em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

No liquidificador, bata as cenouras, os ovos, o óleo de coco e o adoçante até obter uma mistura homogênea.

Em uma tigela separada, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, a canela, a noz-moscada e o cravo.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e misture delicadamente até incorporar.

Adicione o fermento em pó e misture suavemente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 40-50 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Fubá com Ameixa

Ingredientes:

- 3 ovos
- 1 xícara de fubá
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1 xícara de leite vegetal (coco, amêndoa, etc.)
- 1/2 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- 1 pitada de sal
- 1/2 xícara de ameixas secas picadas

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

No liquidificador, bata os ovos, o leite vegetal, o adoçante e o óleo de coco.

Adicione o fubá, a farinha de arroz e o sal, batendo até incorporar.

Por último, adicione as ameixas picadas e o fermento em pó, pulsando rapidamente para misturar.

Despeje a massa na forma e asse por cerca de 35-45 minutos, ou até dourar e firmar.

Deixe esfriar antes de desenformar e servir.

Bolo de Fubá com Coco e Goiabada

Ingredientes:

- - 3 ovos
- 1 xícara de fubá
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1 xícara de leite de coco
- 1/2 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1/2 xícara de coco ralado sem açúcar
- 1/2 xícara de goiabada cremosa sem açúcar, em cubos pequenos
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

No liquidificador, bata os ovos, o leite de coco, o adoçante e o óleo de coco.

Em uma tigela, misture o fubá, a farinha de arroz e o coco ralado.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e misture bem.

Adicione a goiabada picada e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 40-50 minutos, ou até dourar e firmar.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Milho Verde com Coco

Ingredientes:

- 2 xícaras de milho verde (fresco ou em lata, escorrido)
- 3 ovos
- 1 xícara de leite de coco
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1/2 xícara de fubá
- 1/2 xícara de coco ralado sem açúcar
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

No liquidificador, bata o milho, os ovos, o leite de coco, o óleo de coco e o adoçante até obter uma mistura homogênea.

Em uma tigela, adicione o fubá e o coco ralado, despeje a mistura líquida e misture bem.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 40-50 minutos, ou até dourar e firmar.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Cenoura com Nozes

Ingredientes:

- - 3 cenouras médias picadas
- 3 ovos
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1 e 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de fécula de batata
- 1/2 xícara de nozes picadas
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- 1 pitada de sal

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

No liquidificador, bata as cenouras, os ovos, o óleo de coco e o adoçante até obter uma mistura homogênea.

Em uma tigela separada, misture a farinha de arroz, a fécula de batata e o sal.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e misture delicadamente até incorporar.

Adicione as nozes picadas e o fermento em pó, misturando suavemente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 40-50 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Fubá com Coco Queimado

Ingredientes: - - 3 ovos

- 1 xícara de fubá
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1 xícara de leite de coco
- 1/2 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1/2 xícara de coco ralado sem açúcar (para a massa)
- 1/4 xícara de coco ralado sem açúcar (para queimar)
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

Em uma frigideira, toste o coco ralado (1/4 xícara) até dourar levemente. Reserve.

No liquidificador, bata os ovos, o leite de coco, o adoçante e o óleo de coco.

Em uma tigela, misture o fubá, a farinha de arroz e o coco ralado (1/2 xícara).

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e misture bem.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 35-45 minutos, ou até dourar e firmar.

Deixe esfriar antes de desenformar e polvilhe o coco queimado por cima.

Bolo de Banana com Chocolate

Ingredientes:

- 3 bananas maduras amassadas
- 3 ovos
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1/2 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1 e 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de cacau em pó 100%
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

Em uma tigela, misture as bananas amassadas, os ovos, o óleo de coco e o adoçante.

Adicione a farinha de arroz e o cacau em pó, misturando bem.

Por último, adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 35-45 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Coco com Chocolate

Ingredientes:

- - 3 ovos
- 1 xícara de leite de coco
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1 e 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de coco ralado sem açúcar
- 1/4 xícara de cacau em pó 100%
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

No liquidificador, bata os ovos, o leite de coco, o óleo de coco e o adoçante.

Em uma tigela, misture a farinha de arroz, o coco ralado e o cacau em pó.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e misture bem.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 35-45 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Cenoura com Coco

Ingredientes:

- 3 cenouras médias picadas
- 3 ovos
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1 e 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de fécula de batata
- 1/2 xícara de coco ralado sem açúcar
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- 1 pitada de sal

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

No liquidificador, bata as cenouras, os ovos, o óleo de coco e o adoçante até obter uma mistura homogênea.

Em uma tigela separada, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o coco ralado e o sal.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e misture delicadamente até incorporar.

Adicione o fermento em pó e misture suavemente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 40-50 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Coco com Ameixa

Ingredientes:

- - 3 ovos
- 1 xícara de leite de coco
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1 e 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de coco ralado sem açúcar
- 1/2 xícara de ameixas secas picadas
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

No liquidificador, bata os ovos, o leite de coco, o óleo de coco e o adoçante.

Em uma tigela, misture a farinha de arroz e o coco ralado.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e misture bem.

Adicione as ameixas picadas e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 35-45 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Chocolate com Pêra

Ingredientes:

- 1 e 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de cacau em pó 100%
- 1 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1 xícara de leite vegetal (coco, amêndoa, etc.)
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 2 ovos
- 1 pêra média picada
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- 1 pitada de sal

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, o cacau em pó, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o leite vegetal e o óleo de coco.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até obter uma massa homogênea.

Adicione a pêra picada e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 35-45 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Laranja com Amêndoas

Ingredientes:

- - 3 ovos
- 1 xícara de suco de laranja natural
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1 e 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de amêndoa
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- Raspas de 1 laranja

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

No liquidificador, bata os ovos, o suco de laranja, o óleo de coco e o adoçante.

Em uma tigela, misture a farinha de arroz, a farinha de amêndoa e as raspas de laranja.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e misture bem.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 35-45 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Limão com Coco

Ingredientes:

- - 3 ovos
- 1/2 xícara de suco de limão
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1 e 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de coco ralado sem açúcar
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- Raspas de 1 limão

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

No liquidificador, bata os ovos, o suco de limão, o óleo de coco e o adoçante.

Em uma tigela, misture a farinha de arroz, o coco ralado e as raspas de limão.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e misture bem.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 30-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Banana com Castanhas

Ingredientes:

- 3 bananas maduras amassadas
- 3 ovos
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1/2 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1 e 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de castanhas picadas (caju, pará, etc.)
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- 1 colher de chá de canela em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

Em uma tigela, misture as bananas amassadas, os ovos, o óleo de coco e o adoçante.

Adicione a farinha de arroz e a canela, misturando bem.

Por último, adicione as castanhas picadas e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 35-45 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Milho com Goiabada

Ingredientes:

- 1 lata de milho verde escorrido
- 3 ovos
- 1 xícara de leite vegetal (coco, amêndoa, etc.)
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1/2 xícara de fubá
- 1/2 xícara de goiabada cremosa sem açúcar, em cubos pequenos
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

No liquidificador, bata o milho, os ovos, o leite vegetal, o óleo de coco e o adoçante até obter uma mistura homogênea.

Em uma tigela, misture o fubá.

Despeje a mistura líquida sobre o fubá e misture bem.

Adicione a goiabada picada e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 40-50 minutos, ou até dourar e firmar.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Chocolate com Laranja

Ingredientes:

- 1 e 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de cacau em pó 100%
- 1 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1 xícara de suco de laranja natural
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 2 ovos
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- Raspas de 1 laranja

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, o cacau em pó e o adoçante.

Em outra tigela, bata os ovos, o suco de laranja, o óleo de coco e as raspas de laranja.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até obter uma massa homogênea.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 35-45 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Limão com Mirtilos

Ingredientes:

- - 3 ovos
- 1/2 xícara de suco de limão
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 2 xícaras de farinha de arroz
- 1/2 xícara de mirtilos frescos ou congelados
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- Raspas de 1 limão

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

No liquidificador, bata os ovos, o suco de limão, o óleo de coco e o adoçante.

Em uma tigela, misture a farinha de arroz e as raspas de limão.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e misture bem.

Adicione os mirtilos e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 35-45 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Fubá com Coco e Erva-Doce

Ingredientes:

- - 3 ovos
- 1 xícara de fubá
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1 xícara de leite de coco
- 1/2 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1/2 xícara de coco ralado sem açúcar
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- 1 colher de chá de erva-doce

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

No liquidificador, bata os ovos, o leite de coco, o adoçante e o óleo de coco.

Em uma tigela, misture o fubá, a farinha de arroz, o coco ralado e a erva-doce.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e misture bem.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 35-45 minutos, ou até dourar e firmar.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Banana com Cacau

Ingredientes:

- 3 bananas maduras amassadas
- 3 ovos
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1/2 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1 e 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de cacau em pó 100%
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

Em uma tigela, misture as bananas amassadas, os ovos, o óleo de coco e o adoçante.

Adicione a farinha de arroz e o cacau em pó, misturando bem.

Por último, adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 35-45 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Cenoura com Chocolate

Ingredientes:

- 3 cenouras médias picadas
- 3 ovos
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1 e 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de cacau em pó 100%
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

No liquidificador, bata as cenouras, os ovos, o óleo de coco e o adoçante até obter uma mistura homogênea.

Em uma tigela separada, misture a farinha de arroz e o cacau em pó.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e misture delicadamente até incorporar.

Adicione o fermento em pó e misture suavemente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 40-50 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Gengibre com Especiarias

Ingredientes:

- 3 ovos
- 1 xícara de leite vegetal (coco, amêndoa, etc.)
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de adoçante culinário (xilitol, eritritol)
- 1 e 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1 colher de sopa de gengibre fresco ralado
- 1 colher de chá de canela em pó
- 1/2 colher de chá de cravo em pó
- 1/2 colher de chá de noz-moscada ralada
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

No liquidificador, bata os ovos, o leite vegetal, o óleo de coco e o adoçante.

Em uma tigela, misture a farinha de arroz, o gengibre ralado, a canela, o cravo e a noz-moscada.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e misture bem.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma untada e asse por cerca de 35-45 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar.

Bolo de Banana com Aveia e Canela

Ingredientes:

- 3 bananas maduras amassadas
- 2 xícaras de aveia em flocos finos (certifique-se de que é sem glúten)
- 1/2 xícara de uvas passas (para adoçar)
- 1/2 xícara de leite de coco ou água
- 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol, milho, etc.)
- 1 colher de chá de canela em pó
- 1 colher de chá de fermento em pó
- Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.

Em uma tigela grande, misture as bananas amassadas, o leite de coco (ou água), o óleo vegetal e as uvas passas.

Em outra tigela, combine a aveia, a canela, o fermento e o sal.

Adicione os ingredientes secos aos molhados e misture até incorporar. Não misture demais.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar e servir.

Bolo de Maçã com Aveia e Especiarias

Ingredientes:

- 2 maçãs médias raladas
- 1 xícara de farinha de aveia (certifique-se de que é sem glúten)
- 1/2 xícara de amido de milho
- 1/4 xícara de açúcar de coco ou xilitol
- 1/2 xícara de leite vegetal (coco, arroz, aveia)
- 1/4 xícara de óleo vegetal
- 1 colher de chá de canela em pó
- 1/2 colher de chá de cravo em pó (opcional)
- 1 colher de chá de fermento em pó
- Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.

Em uma tigela grande, misture as maçãs raladas, o leite vegetal, o óleo vegetal e o açúcar de coco (ou xilitol).

Em outra tigela, combine a farinha de aveia, o amido de milho, a canela, o cravo (se usar), o fermento e o sal.

Adicione os ingredientes secos aos molhados e misture até incorporar. Não misture demais.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 35-45 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar e servir.

Bolo de Laranja com Coco Ralado

Ingredientes:

- 1 xícara de suco de laranja natural
- Raspas de 1 laranja
- 1 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de coco ralado sem açúcar
- 1/4 xícara de açúcar de coco ou xilitol
- 1/2 xícara de leite de coco
- 1/4 xícara de óleo vegetal
- 1 colher de chá de fermento em pó
- Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.

Em uma tigela grande, misture o suco de laranja, as raspas de laranja, o leite de coco, o óleo vegetal e o açúcar de coco (ou xilitol).

Em outra tigela, combine a farinha de arroz, o coco ralado, o fermento e o sal.

Adicione os ingredientes secos aos molhados e misture até incorporar. Não misture demais.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar e servir.

Bolo de Limão com Chia

Ingredientes:

- - Suco de 2 limões
- Raspas de 2 limões
- 1 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de amido de milho
- 1/4 xícara de açúcar de coco ou xilitol
- 1/2 xícara de leite vegetal
- 1/4 xícara de óleo vegetal
- 2 colheres de sopa de sementes de chia
- 1 colher de chá de fermento em pó
- Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.

Em uma tigela grande, misture o suco de limão, as raspas de limão, o leite vegetal, o óleo vegetal e o açúcar de coco (ou xilitol).

Em outra tigela, combine a farinha de arroz, o amido de milho, as sementes de chia, o fermento e o sal.

Adicione os ingredientes secos aos molhados e misture até incorporar. Não misture demais.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar e servir.

Bolo de Abacaxi com Coco

Ingredientes:

- 1 xícara de abacaxi picado
- 1 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de coco ralado sem açúcar
- 1/4 xícara de açúcar de coco ou xilitol
- 1/2 xícara de leite de coco
- 1/4 xícara de óleo vegetal
- 1 colher de chá de fermento em pó
- Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.

Em uma tigela grande, misture o abacaxi picado, o leite de coco, o óleo vegetal e o açúcar de coco (ou xilitol).

Em outra tigela, combine a farinha de arroz, o coco ralado, o fermento e o sal.

Adicione os ingredientes secos aos molhados e misture até incorporar. Não misture demais.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar e servir.

Bolo de Morango com Farinha de Arroz

Ingredientes: - - 1 xícara de morangos picados

- 1 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de amido de milho
- 1/4 xícara de açúcar de coco ou xilitol
- 1/2 xícara de leite vegetal
- 1/4 xícara de óleo vegetal
- 1 colher de chá de extrato de baunilha
- 1 colher de chá de fermento em pó
- Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.

Em uma tigela grande, misture os morangos picados, o leite vegetal, o óleo vegetal, o açúcar de coco (ou xilitol) e o extrato de baunilha.

Em outra tigela, combine a farinha de arroz, o amido de milho, o fermento e o sal.

Adicione os ingredientes secos aos molhados e misture até incorporar. Não misture demais.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar e servir.

Bolo de Goiaba com Coco

Ingredientes:

- - 1 xícara de goiaba picada (sem sementes)
- 1 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de coco ralado sem açúcar
- 1/4 xícara de açúcar de coco ou xilitol
- 1/2 xícara de leite de coco
- 1/4 xícara de óleo vegetal
- 1 colher de chá de fermento em pó
- Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.

Em uma tigela grande, misture a goiaba picada, o leite de coco, o óleo vegetal e o açúcar de coco (ou xilitol).

Em outra tigela, combine a farinha de arroz, o coco ralado, o fermento e o sal.

Adicione os ingredientes secos aos molhados e misture até incorporar. Não misture demais.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar e servir.

Bolo de Caju com Coco

Ingredientes:

- - 1 xícara de castanha de caju triturada (farinha de caju)
- 1/2 xícara de coco ralado sem açúcar
- 1/4 xícara de açúcar de coco ou xilitol
- 1/2 xícara de leite de coco
- 1/4 xícara de óleo vegetal
- 1 colher de chá de fermento em pó
- Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.

Em uma tigela grande, misture o leite de coco, o óleo vegetal e o açúcar de coco (ou xilitol).

Em outra tigela, combine a farinha de caju, o coco ralado, o fermento e o sal.

Adicione os ingredientes secos aos molhados e misture até incorporar. Não misture demais.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar e servir.

Bolo de Maracujá com Coco

Ingredientes:

- Polpa de 2 maracujás
- 1 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de coco ralado sem açúcar
- 1/4 xícara de açúcar de coco ou xilitol
- 1/2 xícara de leite de coco
- 1/4 xícara de óleo vegetal
- 1 colher de chá de fermento em pó
- Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.

Em uma tigela grande, misture a polpa de maracujá, o leite de coco, o óleo vegetal e o açúcar de coco (ou xilitol).

Em outra tigela, combine a farinha de arroz, o coco ralado, o fermento e o sal.

Adicione os ingredientes secos aos molhados e misture até incorporar. Não misture demais.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar e servir.

Bolo de Milho com Coco

Ingredientes:

- 1 xícara de milho verde (fresco ou enlatado, escorrido)
- 1 xícara de farinha de milho (fubá)
- 1/2 xícara de coco ralado sem açúcar
- 1/4 xícara de açúcar de coco ou xilitol
- 1/2 xícara de leite de coco
- 1/4 xícara de óleo vegetal
- 1 colher de chá de fermento em pó
- Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.

No liquidificador, bata o milho verde, o leite de coco, o óleo vegetal e o açúcar de coco (ou xilitol) até obter uma mistura homogênea.

Em uma tigela, combine a farinha de milho, o coco ralado, o fermento e o sal.

Adicione a mistura líquida aos ingredientes secos e misture até incorporar. Não misture demais.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 35-45 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar e servir.

Bolo de Batata Doce com Especiarias

Ingredientes: - - 1 xícara de batata doce cozida e amassada

- 1 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de amido de milho
- 1/4 xícara de açúcar de coco ou xilitol
- 1/2 xícara de leite vegetal
- 1/4 xícara de óleo vegetal
- 1 colher de chá de canela em pó
- 1/2 colher de chá de gengibre em pó (opcional)
- 1 colher de chá de fermento em pó
- Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.

Em uma tigela grande, misture a batata doce amassada, o leite vegetal, o óleo vegetal e o açúcar de coco (ou xilitol).

Em outra tigela, combine a farinha de arroz, o amido de milho, a canela, o gengibre (se usar), o fermento e o sal.

Adicione os ingredientes secos aos molhados e misture até incorporar. Não misture demais.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 35-45 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar e servir.

Bolo de Abóbora com Especiarias

Ingredientes: - - 1 xícara de abóbora cozida e amassada

- 1 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de amido de milho
- 1/4 xícara de açúcar de coco ou xilitol
- 1/2 xícara de leite vegetal
- 1/4 xícara de óleo vegetal
- 1 colher de chá de canela em pó
- 1/2 colher de chá de noz-moscada (opcional)
- 1 colher de chá de fermento em pó
- Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.

Em uma tigela grande, misture a abóbora amassada, o leite vegetal, o óleo vegetal e o açúcar de coco (ou xilitol).

Em outra tigela, combine a farinha de arroz, o amido de milho, a canela, a noz-moscada (se usar), o fermento e o sal.

Adicione os ingredientes secos aos molhados e misture até incorporar. Não misture demais.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 35-45 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar e servir.

Bolo de Amora com Limão

Ingredientes:

- - 1 xícara de amoras frescas ou congeladas
- Suco de 1 limão
- Raspas de 1 limão
- 1 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de amido de milho
- 1/4 xícara de açúcar de coco ou xilitol
- 1/2 xícara de leite vegetal
- 1/4 xícara de óleo vegetal
- 1 colher de chá de fermento em pó
- Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.

Em uma tigela grande, misture as amoras, o suco de limão, as raspas de limão, o leite vegetal, o óleo vegetal e o açúcar de coco (ou xilitol).

Em outra tigela, combine a farinha de arroz, o amido de milho, o fermento e o sal.

Adicione os ingredientes secos aos molhados e misture até incorporar. Não misture demais.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar e servir.

Bolo de Uva com Farinha de Arroz

Ingredientes: - - 1 xícara de uvas sem sementes picadas

- 1 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de amido de milho
- 1/4 xícara de açúcar de coco ou xilitol
- 1/2 xícara de leite vegetal
- 1/4 xícara de óleo vegetal
- 1 colher de chá de fermento em pó
- Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.

Em uma tigela grande, misture as uvas picadas, o leite vegetal, o óleo vegetal e o açúcar de coco (ou xilitol).

Em outra tigela, combine a farinha de arroz, o amido de milho, o fermento e o sal.

Adicione os ingredientes secos aos molhados e misture até incorporar. Não misture demais.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar e servir.

Bolo de Manga com Coco

Ingredientes:

- 1 xícara de manga picada
- 1 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de coco ralado sem açúcar
- 1/4 xícara de açúcar de coco ou xilitol
- 1/2 xícara de leite de coco
- 1/4 xícara de óleo vegetal
- 1 colher de chá de fermento em pó
- Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.

Em uma tigela grande, misture a manga picada, o leite de coco, o óleo vegetal e o açúcar de coco (ou xilitol).

Em outra tigela, combine a farinha de arroz, o coco ralado, o fermento e o sal.

Adicione os ingredientes secos aos molhados e misture até incorporar. Não misture demais.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar e servir.

Bolo de Pera com Gengibre

Ingredientes:

- - 2 peras médias raladas
- 1 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de amido de milho
- 1/4 xícara de açúcar de coco ou xilitol
- 1/2 xícara de leite vegetal
- 1/4 xícara de óleo vegetal
- 1 colher de chá de gengibre ralado
- 1 colher de chá de fermento em pó
- Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.

Em uma tigela grande, misture as peras raladas, o leite vegetal, o óleo vegetal, o açúcar de coco (ou xilitol) e o gengibre.

Em outra tigela, combine a farinha de arroz, o amido de milho, o fermento e o sal.

Adicione os ingredientes secos aos molhados e misture até incorporar. Não misture demais.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar e servir.

Bolo de Pêssego com Canela

Ingredientes: - - 1 xícara de pêssegos picados (frescos ou em calda, escorridos)

- 1 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de amido de milho
- 1/4 xícara de açúcar de coco ou xilitol
- 1/2 xícara de leite vegetal
- 1/4 xícara de óleo vegetal
- 1 colher de chá de canela em pó
- 1 colher de chá de fermento em pó
- Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.

Em uma tigela grande, misture os pêssegos picados, o leite vegetal, o óleo vegetal, o açúcar de coco (ou xilitol) e a canela.

Em outra tigela, combine a farinha de arroz, o amido de milho, o fermento e o sal.

Adicione os ingredientes secos aos molhados e misture até incorporar. Não misture demais.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar e servir.

Bolo de Caqui com Especiarias

Ingredientes: - - 2 caquis maduros amassados

- 1 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de amido de milho
- 1/4 xícara de açúcar de coco ou xilitol
- 1/2 xícara de leite vegetal
- 1/4 xícara de óleo vegetal
- 1 colher de chá de canela em pó
- 1/2 colher de chá de cravo em pó (opcional)
- 1 colher de chá de fermento em pó
- Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.

Em uma tigela grande, misture os caquis amassados, o leite vegetal, o óleo vegetal, o açúcar de coco (ou xilitol), a canela e o cravo (se usar).

Em outra tigela, combine a farinha de arroz, o amido de milho, o fermento e o sal.

Adicione os ingredientes secos aos molhados e misture até incorporar. Não misture demais.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar e servir.

Bolo de Caju com Maçã

Ingredientes: - - 1 xícara de castanha de caju triturada (farinha de caju)

- 1 maçã média ralada
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/4 xícara de açúcar de coco ou xilitol
- 1/2 xícara de leite vegetal
- 1/4 xícara de óleo vegetal
- 1 colher de chá de fermento em pó
- Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.

Em uma tigela grande, misture a maçã ralada, o leite vegetal, o óleo vegetal e o açúcar de coco (ou xilitol).

Em outra tigela, combine a farinha de caju, a farinha de arroz, o fermento e o sal.

Adicione os ingredientes secos aos molhados e misture até incorporar. Não misture demais.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar e servir.

Bolo de Banana com Coco e Chocolate

Ingredientes: - - 3 bananas maduras amassadas

- 1 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de coco ralado sem açúcar
- 1/4 xícara de cacau em pó 100%
- 1/4 xícara de açúcar de coco ou xilitol
- 1/2 xícara de leite vegetal
- 1/4 xícara de óleo vegetal
- 1 colher de chá de fermento em pó
- Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.

Em uma tigela grande, misture as bananas amassadas, o leite vegetal, o óleo vegetal e o açúcar de coco (ou xilitol).

Em outra tigela, combine a farinha de arroz, o coco ralado, o cacau em pó, o fermento e o sal.

Adicione os ingredientes secos aos molhados e misture até incorporar. Não misture demais.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar e servir.

Bolo de Laranja com Fubá

Ingredientes: - - 1 xícara de suco de laranja natural

- Raspas de 1 laranja
- 1 xícara de fubá
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/4 xícara de açúcar de coco ou xilitol
- 1/2 xícara de leite vegetal
- 1/4 xícara de óleo vegetal
- 1 colher de chá de fermento em pó
- Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.

Em uma tigela grande, misture o suco de laranja, as raspas de laranja, o leite vegetal, o óleo vegetal e o açúcar de coco (ou xilitol).

Em outra tigela, combine o fubá, a farinha de arroz, o fermento e o sal.

Adicione os ingredientes secos aos molhados e misture até incorporar. Não misture demais.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar e servir.

Bolo de Abacaxi com Hortelã

Ingredientes:

- 1 xícara de abacaxi picado
- 1/4 xícara de hortelã fresca picada
- 1 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de amido de milho
- 1/4 xícara de açúcar de coco ou xilitol
- 1/2 xícara de leite de coco
- 1/4 xícara de óleo vegetal
- 1 colher de chá de fermento em pó
- Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.

Em uma tigela grande, misture o abacaxi picado, a hortelã, o leite de coco, o óleo vegetal e o açúcar de coco (ou xilitol).

Em outra tigela, combine a farinha de arroz, o amido de milho, o fermento e o sal. Adicione os ingredientes secos aos molhados e misture até incorporar. Não misture demais.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar e servir.

Bolo de Manga com Gengibre

Ingredientes:

- 1 xícara de manga picada
- 1 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de amido de milho
- 1/4 xícara de açúcar de coco ou xilitol
- 1/2 xícara de leite vegetal
- 1/4 xícara de óleo vegetal
- 1 colher de chá de gengibre ralado
- 1 colher de chá de fermento em pó
- Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.

Em uma tigela grande, misture a manga picada, o leite vegetal, o óleo vegetal, o açúcar de coco (ou xilitol) e o gengibre.

Em outra tigela, combine a farinha de arroz, o amido de milho, o fermento e o sal. Adicione os ingredientes secos aos molhados e misture até incorporar. Não misture demais.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar e servir.

Bolo de Banana com Castanha do Pará

Ingredientes: - - 3 bananas maduras amassadas

- 1 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de castanha do Pará triturada
- 1/4 xícara de açúcar de coco ou xilitol
- 1/2 xícara de leite vegetal
- 1/4 xícara de óleo vegetal
- 1 colher de chá de fermento em pó
- Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.

Em uma tigela grande, misture as bananas amassadas, o leite vegetal, o óleo vegetal e o açúcar de coco (ou xilitol).

Em outra tigela, combine a farinha de arroz, a castanha do Pará triturada, o fermento e o sal.

Adicione os ingredientes secos aos molhados e misture até incorporar. Não misture demais.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar e servir.

Bolo de Coco com Maracujá

Ingredientes:

- Polpa de 2 maracujás
- 1 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de coco ralado sem açúcar
- 1/4 xícara de açúcar de coco ou xilitol
- 1/2 xícara de leite de coco
- 1/4 xícara de óleo vegetal
- 1 colher de chá de fermento em pó
- Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.

Em uma tigela grande, misture a polpa de maracujá, o leite de coco, o óleo vegetal e o açúcar de coco (ou xilitol).

Em outra tigela, combine a farinha de arroz, o coco ralado, o fermento e o sal.

Adicione os ingredientes secos aos molhados e misture até incorporar. Não misture demais.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar e servir.

Bolo de Banana com Castanha de Caju

Ingredientes: - - 3 bananas maduras amassadas

- 1 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de castanha de caju triturada
- 1/4 xícara de açúcar de coco ou xilitol
- 1/2 xícara de leite vegetal
- 1/4 xícara de óleo vegetal
- 1 colher de chá de fermento em pó
- Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.

Em uma tigela grande, misture as bananas amassadas, o leite vegetal, o óleo vegetal e o açúcar de coco (ou xilitol).

Em outra tigela, combine a farinha de arroz, a castanha de caju triturada, o fermento e o sal.

Adicione os ingredientes secos aos molhados e misture até incorporar. Não misture demais.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar e servir.

Bolo de Abacaxi com Gengibre

Ingredientes:

- 1 xícara de abacaxi picado
- 1 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de amido de milho
- 1/4 xícara de açúcar de coco ou xilitol
- 1/2 xícara de leite de coco
- 1/4 xícara de óleo vegetal
- 1 colher de chá de gengibre ralado
- 1 colher de chá de fermento em pó
- Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.

Em uma tigela grande, misture o abacaxi picado, o leite de coco, o óleo vegetal, o açúcar de coco (ou xilitol) e o gengibre.

Em outra tigela, combine a farinha de arroz, o amido de milho, o fermento e o sal. Adicione os ingredientes secos aos molhados e misture até incorporar. Não misture demais.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe esfriar antes de desenformar e servir.

Receita

Ingredientes:

- 3 ovos
- 1 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de açúcar de coco
- 1/2 xícara de leite vegetal
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

Em uma tigela, misture os ingredientes secos.

Adicione os ingredientes líquidos e misture bem até obter uma massa homogênea.

Despeje na forma e asse por cerca de 30-40 minutos.

Deixe esfriar antes de servir.

Bolo Gelado de Coco com Calda de Maracujá

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1 xícara de coco ralado sem açúcar * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite de coco * 1/4 xícara de óleo de coco derretido * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * Polpa de 2 maracujás * 1/4 xícara de xilitol ou eritritol * 1/4 xícara de água

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda com furo central (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite de coco e óleo de coco. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o coco ralado e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture a polpa de maracujá, xilitol e água. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até engrossar levemente.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda de maracujá e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Limão com Cobertura Cremosa

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de amêndoas * 1/2 xícara de farinha de coco * 1/4 xícara de

psyllium * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 4 ovos grandes * 1/2 xícara de suco de limão fresco * 1/4 xícara de azeite de oliva extra virgem * Raspas de 2 limões * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Cobertura: * 1 xícara de creme de castanha de caju (ou creme de leite de coco firme) * 1/4 xícara de xilitol ou eritritol em pó * Suco de 1/2 limão

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma retangular pequena (20x30cm).

Em uma tigela grande, misture a farinha de amêndoas, farinha de coco, psyllium, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, suco de limão, azeite e raspas de limão. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 25-30 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo esfria, prepare a cobertura: em uma tigela, misture o creme de castanha de caju, xilitol em pó e suco de limão até obter um creme homogêneo.

Espalhe a cobertura sobre o bolo já frio e leve à geladeira por pelo menos 1 hora antes de servir.

Bolo Gelado de Cenoura com Cobertura de Cream Cheese

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de aveia sem glúten * 1/2 xícara de farinha de grão de bico * 1/4

xícara de farinha de linhaça * 1 xícara de cenoura ralada fina * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 colher de chá de canela em pó * 1/2 colher de chá de noz-moscada ralada * 1 pitada de sal

Para a Cobertura: * 1 xícara de castanha de caju crua demolhada por 4 horas * 1/4 xícara de água * 2 colheres de sopa de suco de limão * 1 colher de sopa de xilitol ou eritritol em pó * 1 pitada de sal

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma quadrada (20x20cm).

Em um liquidificador, bata os ovos, leite vegetal, óleo vegetal, xilitol e a cenoura ralada até obter uma mistura homogênea.

Em uma tigela grande, misture a farinha de aveia, farinha de grão de bico, farinha de linhaça, canela, noz-moscada e sal.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e mexa bem até incorporar.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 35-40 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Para a cobertura: escorra as castanhas de caju e bata no liquidificador com a água, suco de limão, xilitol em pó e sal até obter um creme liso e homogêneo. Se necessário, adicione um pouco mais de água para atingir a consistência desejada.

Deixe o bolo esfriar completamente antes de espalhar a cobertura. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Chocolate com Calda de Frutas Vermelhas

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de amêndoas * 1/2 xícara de cacau em pó 100% * 1/4 xícara de farinha de coco * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 4 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo de coco derretido * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1 xícara de frutas vermelhas congeladas (morango, amora, framboesa) * 1/4 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture a farinha de amêndoas, cacau em pó, farinha de coco, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo de coco. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo esfria, prepare a calda: em uma panela, misture as frutas vermelhas, água e xilitol. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até as frutas desmancharem e a calda engrossar levemente.

Deixe o bolo esfriar completamente e regue com a calda de frutas vermelhas. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Banana com Especiarias

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de aveia sem glúten * 1/2 xícara de farinha de amêndoas * 1/4

xícara de farinha de coco * 3 bananas maduras amassadas * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo de girassol * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 colher de chá de canela em pó * 1/2 colher de chá de gengibre em pó * 1 pitada de noz-moscada * 1 pitada de sal

Para a Cobertura (opcional): * 1/2 xícara de creme de castanha de caju * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma de bolo inglês.

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol, canela, gengibre, noz-moscada e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal, óleo e as bananas amassadas.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e mexa bem até incorporar.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 40-45 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Deixe o bolo esfriar completamente. Se desejar, prepare a cobertura misturando o creme de castanha de caju com o xilitol em pó e espalhe sobre o bolo.

Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Abacaxi com Coco

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de coco * 1/2 xícara de farinha de amêndoas * 1/4 xícara de

psyllium * 1 xícara de abacaxi picado (fresco ou em calda sem açúcar) * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 4 ovos grandes * 1/2 xícara de leite de coco * 1/4 xícara de óleo de coco derretido * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de suco de abacaxi (sem açúcar) * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1 colher de sopa de coco ralado para decorar

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture a farinha de coco, farinha de amêndoas, psyllium, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite de coco e óleo de coco. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o abacaxi picado e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 35-40 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture o suco de abacaxi e o xilitol. Leve ao fogo baixo até o xilitol dissolver.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda e polvilhe com coco ralado. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Maçã com Canela

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de aveia sem glúten * 1/2 xícara de farinha de amêndoas * 1/4

xícara de farinha de coco * 2 maçãs médias raladas (sem casca) * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo de coco derretido * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 colher de chá de canela em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda (opcional): * 1/4 xícara de suco de maçã integral sem açúcar * 1 colher de sopa de xilitol ou eritritol

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol, canela e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo de coco. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente as maçãs raladas e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 35-40 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Se desejar, prepare a calda: em uma panela pequena, misture o suco de maçã e o xilitol. Leve ao fogo baixo até o xilitol dissolver.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda (se usar) e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Amendoim

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de amendoim * 1/2 xícara de farinha de arroz * 1/4 xícara de fécula de batata * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo de girassol * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Cobertura (opcional): * 1/2 xícara de pasta de amendoim integral sem açúcar * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol em pó * Um pouco de leite vegetal para diluir (se necessário)

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo de girassol. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Deixe o bolo esfriar completamente. Se desejar, prepare a cobertura misturando a pasta de amendoim com o xilitol em pó e um pouco de leite vegetal até atingir a consistência desejada. Espalhe sobre o bolo.

Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Milho

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de milho fina (fubá) * 1/2 xícara de farinha de arroz * 1/4 xícara

de polvilho doce * 1 xícara de milho verde (fresco ou enlatado, escorrido) * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite de coco * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda com furo central (22cm).

No liquidificador, bata o milho verde, ovos, leite de coco, óleo vegetal e xilitol até obter uma mistura homogênea.

Em uma tigela grande, misture a farinha de milho, farinha de arroz, polvilho doce e sal.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e mexa bem até incorporar.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 35-40 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Deixe o bolo esfriar completamente e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Laranja

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de suco de laranja natural * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * Raspas de 1 laranja * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de suco de laranja natural * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, suco de laranja, óleo vegetal e raspas de laranja.

Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture o suco de laranja e o xilitol. Leve ao fogo baixo até o xilitol dissolver.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Maracujá

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de suco concentrado de maracujá (sem açúcar) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * Polpa de 1 maracujá * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1/4 xícara de água

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, suco de maracujá e óleo vegetal. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture a polpa de maracujá, xilitol e água. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até engrossar levemente.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Limão Siciliano

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de amêndoas * 1/2 xícara de farinha de coco * 1/4 xícara de

psyllium * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 4 ovos grandes * 1/2 xícara de suco de limão siciliano fresco * 1/4 xícara de azeite de oliva extra virgem * Raspas de 2 limões sicilianos * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Cobertura: * 1 xícara de creme de castanha de caju (ou creme de leite de coco firme) * 1/4 xícara de xilitol ou eritritol em pó * Suco de 1/2 limão siciliano

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma retangular pequena (20x30cm).

Em uma tigela grande, misture a farinha de amêndoas, farinha de coco, psyllium, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, suco de limão siciliano, azeite e raspas de limão siciliano. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 25-30 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo esfria, prepare a cobertura: em uma tigela, misture o creme de castanha de caju, xilitol em pó e suco de limão siciliano até obter um creme homogêneo.

Espalhe a cobertura sobre o bolo já frio e leve à geladeira por pelo menos 1 hora antes de servir.

Bolo Gelado de Beterraba com Calda de Gengibre

Ingredientes:

- * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho doce * 1 xícara de beterraba cozida e amassada * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal
Para a Calda: * 1/2 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1 colher de chá de gengibre ralado

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal, óleo vegetal e a beterraba amassada.

Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture a água, xilitol e gengibre ralado. Leve ao fogo baixo até o xilitol dissolver.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Batata Doce com Coco

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho doce * 1 xícara de batata doce cozida e amassada * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite de coco * 1/4 xícara de óleo de coco derretido * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda com furo central (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite de coco, óleo de coco e a batata doce amassada. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 35-40 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Deixe o bolo esfriar completamente e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Abóbora com Especiarias

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho doce * 1 xícara de abóbora cozida e amassada * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 colher de chá de canela em pó * 1/2 colher de chá de gengibre em pó * 1 pitada de noz-moscada * 1 pitada de sal

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol, canela, gengibre, noz-moscada e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal, óleo vegetal e a abóbora amassada.

Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 35-40 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Deixe o bolo esfriar completamente e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Coco com Abacaxi

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de coco * 1/2 xícara de farinha de amêndoas * 1/4 xícara de

psyllium * 1 xícara de abacaxi picado (fresco ou em calda sem açúcar) * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 4 ovos grandes * 1/2 xícara de leite de coco * 1/4 xícara de óleo de coco derretido * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de suco de abacaxi (sem açúcar) * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1 colher de sopa de coco ralado para decorar

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture a farinha de coco, farinha de amêndoas, psyllium, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite de coco e óleo de coco. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o abacaxi picado e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 35-40 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture o suco de abacaxi e o xilitol. Leve ao fogo baixo até o xilitol dissolver.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda e polvilhe com coco ralado. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Amora

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 xícara de amoras frescas ou congeladas * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de amoras frescas ou congeladas * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1/4 xícara de água

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo vegetal. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente as amoras e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture as amoras, xilitol e água. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até as amoras desmancharem e a calda engrossar levemente.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Mirtilo

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de aveia sem glúten * 1/2 xícara de farinha de amêndoas * 1/4

xícara de farinha de coco * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 xícara de mirtilos frescos ou congelados * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda (opcional): * 1/2 xícara de mirtilos frescos ou congelados * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1/4 xícara de água

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo vegetal. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente os mirtilos e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Se desejar, prepare a calda: em uma panela pequena, misture os mirtilos, xilitol e água. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até os mirtilos desmancharem e a calda engrossar levemente.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda (se usar) e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Pêssego

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 xícara de pêssegos frescos ou em calda (sem açúcar) picados * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda (opcional): * 1/2 xícara de pêssegos picados * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1/4 xícara de água

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo vegetal. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente os pêssegos picados e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Se desejar, prepare a calda: em uma panela pequena, misture os pêssegos, xilitol e água. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até os pêssegos desmancharem e a calda engrossar levemente.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda (se usar) e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Morango

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 xícara de morangos picados * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda (opcional): * 1/2 xícara de morangos picados * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1/4 xícara de água

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo vegetal. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente os morangos picados e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Se desejar, prepare a calda: em uma panela pequena, misture os morangos, xilitol e água. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até os morangos desmancharem e a calda engrossar levemente.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda (se usar) e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Coco com Calda de Ameixa

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1 xícara de coco ralado sem açúcar * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite de coco * 1/4 xícara de óleo de coco derretido * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1 xícara de ameixas secas sem caroço * 1/2 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda com furo central (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite de coco e óleo de coco. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o coco ralado e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture as ameixas secas, água e xilitol. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até as ameixas ficarem macias e a calda engrossar levemente. Se desejar, bata a calda no liquidificador para uma consistência mais lisa.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Banana com Gotas de Chocolate

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de aveia sem glúten * 1/2 xícara de farinha de amêndoas * 1/4

xícara de farinha de coco * 3 bananas maduras amassadas * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo de girassol * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1/2 xícara de gotas de chocolate amargo sem açúcar * 1 pitada de sal

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma de bolo inglês.

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal, óleo e as bananas amassadas.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e mexa bem até incorporar.

Adicione o fermento em pó e as gotas de chocolate, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 40-45 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Deixe o bolo esfriar completamente e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Limão com Sementes de Papoula

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho doce * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de suco de limão fresco * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * Raspas de 1 limão * 1 colher de sopa de sementes de papoula * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/4 xícara de suco de limão fresco * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, suco de limão, óleo vegetal e raspas de limão. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente as sementes de papoula e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture o suco de limão e o xilitol. Leve ao fogo baixo até o xilitol dissolver.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Coco com Calda de Café

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1 xícara de coco ralado sem açúcar * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite de coco * 1/4 xícara de óleo de coco derretido * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de café coado forte (sem açúcar) * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda com furo central (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite de coco e óleo de coco. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o coco ralado e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture o café e o xilitol. Leve ao fogo baixo até o xilitol dissolver.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Chocolate com Menta

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de amêndoas * 1/2 xícara de cacau em pó 100% * 1/4 xícara de

farinha de coco * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 4 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo de coco derretido * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 colher de chá de extrato de menta * 1 pitada de sal

Para a Cobertura (opcional): * 1/2 xícara de creme de castanha de caju * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol em pó * Algumas gotas de extrato de menta

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture a farinha de amêndoas, cacau em pó, farinha de coco, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal, óleo de coco e extrato de menta. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Deixe o bolo esfriar completamente. Se desejar, prepare a cobertura misturando o creme de castanha de caju com o xilitol em pó e algumas gotas de extrato de menta. Espalhe sobre o bolo.

Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Coco com Calda de Frutas Vermelhas

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1 xícara de coco ralado sem açúcar * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite de coco * 1/4 xícara de óleo de coco derretido * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1 xícara de frutas vermelhas congeladas (morango, amora, framboesa) * 1/4 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda com furo central (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite de coco e óleo de coco. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o coco ralado e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela, misture as frutas vermelhas, água e xilitol. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até as frutas desmancharem e a calda engrossar levemente.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda de frutas vermelhas e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Coco com Calda de Frutas Tropicais

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1 xícara de coco ralado sem açúcar * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite de coco * 1/4 xícara de óleo de coco derretido * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1 xícara de frutas tropicais picadas (manga, abacaxi, mamão) * 1/4 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda com furo central (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite de coco e óleo de coco. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o coco ralado e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela, misture as frutas tropicais, água e xilitol. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até as frutas desmancharem e a calda engrossar levemente.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda de frutas tropicais e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Coco com Calda de Goiaba

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1 xícara de coco ralado sem açúcar * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite de coco * 1/4 xícara de óleo de coco derretido * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1 xícara de goiaba picada (sem sementes) * 1/4 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda com furo central (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite de coco e óleo de coco. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o coco ralado e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela, misture a goiaba picada, água e xilitol. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até a goiaba desmanchar e a calda engrossar levemente. Se desejar, bata a calda no liquidificador para uma consistência mais lisa.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda de goiaba e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Coco com Calda de Caju

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1 xícara de coco ralado sem açúcar * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite de coco * 1/4 xícara de óleo de coco derretido * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1 xícara de caju picado (fresco ou congelado) * 1/4 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda com furo central (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite de coco e óleo de coco. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o coco ralado e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela, misture o caju picado, água e xilitol. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até o caju desmanchar e a calda engrossar levemente. Se desejar, bata a calda no liquidificador para uma consistência mais lisa.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda de caju e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Coco com Calda de Cupuaçu

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1 xícara de coco ralado sem açúcar * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite de coco * 1/4 xícara de óleo de coco derretido * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1 xícara de polpa de cupuaçu * 1/4 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda com furo central (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite de coco e óleo de coco. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o coco ralado e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela, misture a polpa de cupuaçu, água e xilitol. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até a calda engrossar levemente.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda de cupuaçu e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Coco com Calda de Graviola

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1 xícara de coco ralado sem açúcar * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite de coco * 1/4 xícara de óleo de coco derretido * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1 xícara de polpa de graviola * 1/4 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda com furo central (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite de coco e óleo de coco. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o coco ralado e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela, misture a polpa de graviola, água e xilitol. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até a calda engrossar levemente.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda de graviola e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Coco com Calda de Tamarindo

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1 xícara de coco ralado sem açúcar * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite de coco * 1/4 xícara de óleo de coco derretido * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1 xícara de polpa de tamarindo * 1/4 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda com furo central (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite de coco e óleo de coco. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o coco ralado e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela, misture a polpa de tamarindo, água e xilitol. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até a calda engrossar levemente.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda de tamarindo e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Coco com Calda de Jabuticaba

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1 xícara de coco ralado sem açúcar * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite de coco * 1/4 xícara de óleo de coco derretido * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1 xícara de jabuticabas frescas * 1/4 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda com furo central (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite de coco e óleo de coco. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o coco ralado e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela, misture as jabuticabas, água e xilitol. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até as jabuticabas desmancharem e a calda engrossar levemente. Se desejar, bata a calda no liquidificador para uma consistência mais lisa.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda de jabuticaba e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Coco com Calda de Pitanga

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1 xícara de coco ralado sem açúcar * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite de coco * 1/4 xícara de óleo de coco derretido * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1 xícara de pitangas frescas * 1/4 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda com furo central (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite de coco e óleo de coco. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o coco ralado e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela, misture as pitangas, água e xilitol. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até as pitangas desmancharem e a calda engrossar levemente. Se desejar, bata a calda no liquidificador para uma consistência mais lisa.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda de pitanga e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Abacate com Limão

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho doce * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de abacate maduro amassado * 1/4 xícara de suco de limão * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, abacate amassado, suco de limão e óleo vegetal.

Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Deixe o bolo esfriar completamente e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Manga

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1 xícara de manga madura picada * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda (opcional): * 1/2 xícara de manga picada * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1/4 xícara de água

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal, óleo vegetal e a manga picada. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Se desejar, prepare a calda: em uma panela pequena, misture a manga, xilitol e água. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até a manga desmanchar e a calda engrossar levemente.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda (se usar) e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Caju

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho doce * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 xícara de caju picado (fresco ou congelado) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda (opcional): * 1/2 xícara de caju picado * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1/4 xícara de água

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo vegetal. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o caju picado e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Se desejar, prepare a calda: em uma panela pequena, misture o caju, xilitol e água. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até o caju desmanchar e a calda engrossar levemente.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda (se usar) e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Goiaba

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 xícara de goiaba picada (sem sementes) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal
Para a Calda (opcional): * 1/2 xícara de goiaba picada * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1/4 xícara de água

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo vegetal. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente a goiaba picada e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Se desejar, prepare a calda: em uma panela pequena, misture a goiaba, xilitol e água. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até a goiaba desmanchar e a calda engrossar levemente.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda (se usar) e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Amora com Limão

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 xícara de amoras frescas ou congeladas * Suco de 1 limão * Raspas de 1 limão * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda (opcional): * 1/2 xícara de amoras frescas ou congeladas * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1/4 xícara de água * Suco de 1/2 limão

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal, óleo vegetal, suco e raspas de limão.

Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente as amoras e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Se desejar, prepare a calda: em uma panela pequena, misture as amoras, xilitol, água e suco de limão. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até as amoras desmancharem e a calda engrossar levemente.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda (se usar) e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Banana com Pasta de Amendoim

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de aveia sem glúten * 1/2 xícara de farinha de amendoim * 1/4

xícara de farinha de coco * 3 bananas maduras amassadas * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo de girassol * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Cobertura (opcional): * 1/2 xícara de pasta de amendoim integral sem açúcar * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol em pó * Um pouco de leite vegetal para diluir (se necessário)

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma de bolo inglês.

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal, óleo e as bananas amassadas.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e mexa bem até incorporar.

Adicione o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 40-45 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Deixe o bolo esfriar completamente. Se desejar, prepare a cobertura misturando a pasta de amendoim com o xilitol em pó e um pouco de leite vegetal até atingir a consistência desejada. Espalhe sobre o bolo.

Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Chocolate com Calda de Caramelo Salgado

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de amêndoas * 1/2 xícara de cacau em pó 100% * 1/4 xícara de

farinha de coco * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 4 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo de coco derretido * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda de Caramelo Salgado: * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 1/4 xícara de água * 1/4 xícara de creme de leite de coco * 1 colher de chá de extrato de baunilha * 1/4 colher de chá de sal marinho

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture a farinha de amêndoas, cacau em pó, farinha de coco, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo de coco. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo esfria, prepare a calda: em uma panela pequena, derreta o xilitol com a água em fogo baixo até formar um caramelo claro. Retire do fogo e adicione o creme de leite de coco, extrato de baunilha e sal marinho, mexendo rapidamente até incorporar (cuidado, pode borbulhar).

Deixe o bolo esfriar completamente e regue com a calda de caramelo salgado. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Pistache

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de pistache * 1/2 xícara de farinha de arroz * 1/4 xícara de fécula

de batata * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal * Algumas gotas de extrato de pistache (opcional)

Para a Cobertura (opcional): * 1/2 xícara de creme de castanha de caju * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol em pó * Pistaches picados para decorar

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal, óleo vegetal e o extrato de pistache (se usar). Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Deixe o bolo esfriar completamente. Se desejar, prepare a cobertura misturando o creme de castanha de caju com o xilitol em pó e espalhe sobre o bolo. Decore com pistaches picados.

Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Nozes

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de nozes * 1/2 xícara de farinha de arroz * 1/4 xícara de fécula de

batata * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Cobertura (opcional): * 1/2 xícara de creme de castanha de caju * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol em pó * Nozes picadas para decorar

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo vegetal. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Deixe o bolo esfriar completamente. Se desejar, prepare a cobertura misturando o creme de castanha de caju com o xilitol em pó e espalhe sobre o bolo. Decore com nozes picadas.

Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Castanha do Pará

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de castanha do Pará * 1/2 xícara de farinha de arroz * 1/4 xícara de fécula de batata * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Cobertura (opcional): * 1/2 xícara de creme de castanha de caju * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol em pó * Castanhas do Pará picadas para decorar

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo vegetal. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Deixe o bolo esfriar completamente. Se desejar, prepare a cobertura misturando o creme de castanha de caju com o xilitol em pó e espalhe sobre o bolo. Decore com castanhas do Pará picadas.

Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Castanha de Caju

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de castanha de caju * 1/2 xícara de farinha de arroz * 1/4 xícara

de fécula de batata * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Cobertura (opcional): * 1/2 xícara de creme de castanha de caju * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol em pó * Castanhas de caju picadas para decorar

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo vegetal. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Deixe o bolo esfriar completamente. Se desejar, prepare a cobertura misturando o creme de castanha de caju com o xilitol em pó e espalhe sobre o bolo. Decore com castanhas de caju picadas.

Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Amêndoa com Calda de Damasco

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de amêndoas * 1/2 xícara de farinha de arroz * 1/4 xícara de

fécula de batata * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1 xícara de damascos secos picados * 1/2 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo vegetal. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture os damascos, água e xilitol. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até os damascos ficarem macios e a calda engrossar levemente. Se desejar, bata a calda no liquidificador para uma consistência mais lisa.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda de damasco e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Amêndoa com Calda de Figo

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de amêndoas * 1/2 xícara de farinha de arroz * 1/4

xícara de fécula de batata * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1 xícara de figos frescos ou secos picados * 1/2 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo vegetal. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture os figos, água e xilitol. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até os figos ficarem macios e a calda engrossar levemente. Se desejar, bata a calda no liquidificador para uma consistência mais lisa.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda de figo e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Amêndoa com Calda de Tâmara

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de amêndoas * 1/2 xícara de farinha de arroz * 1/4 xícara de

fécula de batata * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1 xícara de tâmaras sem caroço picadas * 1/2 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo vegetal. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture as tâmaras, água e xilitol. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até as tâmaras ficarem macias e a calda engrossar levemente. Se desejar, bata a calda no liquidificador para uma consistência mais lisa.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda de tâmara e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Amêndoa com Calda de Frutas Secas

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de amêndoas * 1/2 xícara de farinha de arroz * 1/4

xícara de fécula de batata * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1 xícara de mix de frutas secas (passas, cranberries, goji berries) * 1/2 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo vegetal. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture as frutas secas, água e xilitol. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até as frutas ficarem macias e a calda engrossar levemente. Se desejar, bata a calda no liquidificador para uma consistência mais lisa.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda de frutas secas e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Amêndoa com Calda de Frutas Vermelhas

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de amêndoas * 1/2 xícara de farinha de arroz * 1/4 xícara de fécula de batata * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1 xícara de frutas vermelhas congeladas (morango, amora, framboesa) * 1/4 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo vegetal. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture as frutas vermelhas, água e xilitol. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até as frutas desmancharem e a calda engrossar levemente.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda de frutas vermelhas e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Amêndoa com Calda de Frutas Tropicais

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de amêndoas * 1/2 xícara de farinha de arroz * 1/4 xícara de fécula de batata * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1 xícara de frutas tropicais picadas (manga, abacaxi, mamão) * 1/4 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo vegetal. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela, misture as frutas tropicais, água e xilitol. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até as frutas desmancharem e a calda engrossar levemente.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda de frutas tropicais e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Amêndoa com Calda de Goiaba

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de amêndoas * 1/2 xícara de farinha de arroz * 1/4 xícara de fécula de batata * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1 xícara de goiaba picada (sem sementes) * 1/4 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo vegetal. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela, misture a goiaba picada, água e xilitol. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até a goiaba desmanchar e a calda engrossar levemente. Se desejar, bata a calda no liquidificador para uma consistência mais lisa.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda de goiaba e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Amêndoa com Calda de Caju

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de amêndoas * 1/2 xícara de farinha de arroz * 1/4 xícara de

fécula de batata * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1 xícara de caju picado (fresco ou congelado) * 1/4 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo vegetal. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela, misture o caju picado, água e xilitol. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até o caju desmanchar e a calda engrossar levemente. Se desejar, bata a calda no liquidificador para uma consistência mais lisa.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda de caju e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Amêndoa com Calda de Cupuaçu

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de amêndoas * 1/2 xícara de farinha de arroz * 1/4 xícara de fécula de batata * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1 xícara de polpa de cupuaçu * 1/4 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo vegetal. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela, misture a polpa de cupuaçu, água e xilitol. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até a calda engrossar levemente.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda de cupuaçu e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Abacaxi com Hortelã

Ingredientes:

- 1 abacaxi picado
- 1/2 xícara de hortelã picada
- 3 ovos
- 1 xícara de açúcar de coco
- 1 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C e unte uma forma.

Em uma tigela, bata os ovos, o açúcar, o óleo de coco e a hortelã.

Adicione o abacaxi picado, a farinha de arroz e o fermento. Misture bem.

Despeje a massa na forma e leve ao forno por 35-40 minutos ou até dourar.

Depois de assado, leve à geladeira e sirva gelado.

Bolo Gelado de Maracujá com Sementes de Chia

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de suco concentrado de maracujá (sem açúcar) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de sementes de chia * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * Polpa de 1 maracujá * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1/4 xícara de água

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, suco de maracujá e óleo vegetal. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente as sementes de chia e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture a polpa de maracujá, xilitol e água. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até engrossar levemente.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Coco com Calda de Amora

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1 xícara de coco ralado sem açúcar * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite de coco * 1/4 xícara de óleo de coco derretido * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1 xícara de amoras frescas ou congeladas * 1/4 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda com furo central (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite de coco e óleo de coco. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o coco ralado e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela, misture as amoras, água e xilitol. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até as amoras desmancharem e a calda engrossar levemente.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda de amora e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Coco com Calda de Cereja

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1 xícara de coco ralado sem açúcar * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite de coco * 1/4 xícara de óleo de coco derretido * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1 xícara de cerejas frescas ou congeladas (sem caroço) * 1/4 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda com furo central (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite de coco e óleo de coco. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o coco ralado e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela, misture as cerejas, água e xilitol. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até as cerejas desmancharem e a calda engrossar levemente. Se desejar, bata a calda no liquidificador para uma consistência mais lisa.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda de cereja e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Banana com Aveia e Passas

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de aveia sem glúten * 1/2 xícara de farinha de arroz * 1/4 xícara de fécula de batata * 3 bananas maduras amassadas * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo de girassol * 1/2 xícara de passas * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma de bolo inglês.

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal, óleo e as bananas amassadas.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e mexa bem até incorporar.

Adicione as passas e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 40-45 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Deixe o bolo esfriar completamente e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Maçã com Nozes

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de aveia sem glúten * 1/2 xícara de farinha de amêndoas * 1/4

xícara de farinha de coco * 2 maçãs médias raladas (sem casca) * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo de coco derretido * 1/2 xícara de nozes picadas * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 colher de chá de canela em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda (opcional): * 1/4 xícara de suco de maçã integral sem açúcar * 1 colher de sopa de xilitol ou eritritol

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol, canela e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo de coco. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente as maçãs raladas, as nozes picadas e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 35-40 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Se desejar, prepare a calda: em uma panela pequena, misture o suco de maçã e o xilitol. Leve ao fogo baixo até o xilitol dissolver.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda (se usar) e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Abóbora com Coco e Especiarias

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho doce * 1 xícara de abóbora cozida e amassada * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite de coco * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 colher de chá de canela em pó * 1/2 colher de chá de gengibre em pó * 1 pitada de noz-moscada * 1 pitada de sal

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol, canela, gengibre, noz-moscada e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite de coco, óleo vegetal e a abóbora amassada.

Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 35-40 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Deixe o bolo esfriar completamente e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Batata Doce com Especiarias

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho doce * 1 xícara de batata doce cozida e amassada * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 colher de chá de canela em pó * 1/2 colher de chá de gengibre em pó * 1 pitada de noz-moscada * 1 pitada de sal

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda com furo central (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol, canela, gengibre, noz-moscada e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal, óleo vegetal e a batata doce amassada. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 35-40 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Deixe o bolo esfriar completamente e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Abacaxi com Calda de Coco

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1 xícara de abacaxi picado * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite de coco * 1/4 xícara de óleo de coco derretido * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de leite de coco * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1 colher de sopa de coco ralado para decorar

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite de coco e óleo de coco. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o abacaxi picado e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture o leite de coco e o xilitol. Leve ao fogo baixo até o xilitol dissolver.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda e polvilhe com coco ralado. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Laranja com Sementes de Papoula

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de suco de laranja natural * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * Raspas de 1 laranja * 1 colher de sopa de sementes de papoula * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de suco de laranja natural * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, suco de laranja, óleo vegetal e raspas de laranja.

Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente as sementes de papoula e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture o suco de laranja e o xilitol. Leve ao fogo baixo até o xilitol dissolver.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Limão com Calda de Mirtilo

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de suco de limão fresco * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * Raspas de 1 limão * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de mirtilos frescos ou congelados * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1/4 xícara de água

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, suco de limão, óleo vegetal e raspas de limão. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture os mirtilos, xilitol e água. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até os mirtilos desmancharem e a calda engrossar levemente.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Chocolate com Calda de Cereja

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de amêndoas * 1/2 xícara de cacau em pó 100% * 1/4 xícara de

farinha de coco * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 4 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo de coco derretido * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1 xícara de cerejas frescas ou congeladas (sem caroço) * 1/4 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture a farinha de amêndoas, cacau em pó, farinha de coco, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo de coco. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo esfria, prepare a calda: em uma panela, misture as cerejas, água e xilitol. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até as cerejas desmancharem e a calda engrossar levemente. Se desejar, bata a calda no liquidificador para uma consistência mais lisa.

Deixe o bolo esfriar completamente e regue com a calda de cereja. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Amendoim com Banana

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de amendoim * 1/2 xícara de farinha de arroz * 1/4 xícara de fécula de batata * 2 bananas maduras amassadas * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo de girassol * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal, óleo de girassol e as bananas amassadas. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Deixe o bolo esfriar completamente e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Beterraba com Calda de Laranja

Ingredientes:

- * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho doce * 1 xícara de beterraba cozida e amassada * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal
Para a Calda: * 1/2 xícara de suco de laranja natural * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal, óleo vegetal e a beterraba amassada.

Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture o suco de laranja e o xilitol. Leve ao fogo baixo até o xilitol dissolver.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Batata Doce com Coco e Especiarias

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho doce * 1 xícara de batata doce cozida e amassada * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite de coco * 1/4 xícara de óleo de coco derretido * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 colher de chá de canela em pó * 1/2 colher de chá de gengibre em pó * 1 pitada de noz-moscada * 1 pitada de sal

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda com furo central (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol, canela, gengibre, noz-moscada e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite de coco, óleo de coco e a batata doce amassada. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 35-40 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Deixe o bolo esfriar completamente e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Inhame com Coco

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho doce * 1 xícara de inhame cozido e amassado * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite de coco * 1/4 xícara de óleo de coco derretido * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda com furo central (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite de coco, óleo de coco e o inhame amassado.

Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 35-40 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Deixe o bolo esfriar completamente e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Mandioca com Queijo Vegano

Ingredientes: - * 1 xícara de mandioca cozida e amassada * 1/2 xícara de farinha de arroz * 1/4 xícara de polvilho doce * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1/2 xícara de queijo vegano ralado (à base de castanhas) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal, óleo vegetal e a mandioca amassada.

Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o queijo vegano ralado e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 35-40 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Deixe o bolo esfriar completamente e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Abacaxi com Gengibre

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1 xícara de abacaxi picado * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 colher de chá de gengibre ralado ou em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda (opcional): * 1/2 xícara de suco de abacaxi * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * Lascas de gengibre para decorar

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal, óleo vegetal e o abacaxi picado. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o gengibre e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Se desejar, prepare a calda: em uma panela pequena, misture o suco de abacaxi e o xilitol. Leve ao fogo baixo até o xilitol dissolver.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda (se usar) e decore com lascas de gengibre. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Banana com Especiarias e Nozes

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de aveia sem glúten * 1/2 xícara de farinha de amêndoas * 1/4

xícara de farinha de coco * 3 bananas maduras amassadas * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo de girassol * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 colher de chá de canela em pó * 1/2 colher de chá de gengibre em pó * 1 pitada de noz-moscada * 1/2 xícara de nozes picadas * 1 pitada de sal

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma de bolo inglês.

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol, canela, gengibre, noz-moscada e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal, óleo e as bananas amassadas.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e mexa bem até incorporar.

Adicione as nozes picadas e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 40-45 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Deixe o bolo esfriar completamente e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Chocolate com Calda de Amora

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de amêndoas * 1/2 xícara de cacau em pó 100% * 1/4 xícara de

farinha de coco * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 4 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo de coco derretido * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1 xícara de amoras frescas ou congeladas * 1/4 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture a farinha de amêndoas, cacau em pó, farinha de coco, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo de coco. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo esfria, prepare a calda: em uma panela, misture as amoras, água e xilitol. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até as amoras desmancharem e a calda engrossar levemente.

Deixe o bolo esfriar completamente e regue com a calda de amora. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Cenoura com Especiarias e Nozes

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de aveia sem glúten * 1/2 xícara de farinha de grão de bico * 1/4

xícara de farinha de linhaça * 1 xícara de cenoura ralada fina * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 colher de chá de canela em pó * 1/2 colher de chá de gengibre em pó * 1 pitada de noz-moscada * 1/2 xícara de nozes picadas * 1 pitada de sal

Para a Cobertura (opcional): * 1/2 xícara de creme de castanha de caju * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma quadrada (20x20cm).

Em um liquidificador, bata os ovos, leite vegetal, óleo vegetal, xilitol e a cenoura ralada até obter uma mistura homogênea.

Em uma tigela grande, misture a farinha de aveia, farinha de grão de bico, farinha de linhaça, canela, noz-moscada e sal.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e mexa bem até incorporar.

Adicione o fermento em pó e as nozes picadas, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 35-40 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Deixe o bolo esfriar completamente antes de espalhar a cobertura. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Abacaxi com Calda de Coco e Rum

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1 xícara de abacaxi picado * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite de coco * 1/4 xícara de óleo de coco derretido * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de leite de coco * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1 colher de chá de essência de rum (sem álcool)

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite de coco e óleo de coco. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o abacaxi picado e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture o leite de coco, xilitol e essência de rum. Leve ao fogo baixo até o xilitol dissolver.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Laranja com Calda de Gengibre

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de suco de laranja natural * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * Raspas de 1 laranja * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de suco de laranja natural * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1 colher de chá de gengibre ralado ou em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, suco de laranja, óleo vegetal e raspas de laranja.

Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture o suco de laranja, xilitol e gengibre. Leve ao fogo baixo até o xilitol dissolver.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Maracujá com Calda de Coco

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de suco concentrado de maracujá (sem açúcar) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de leite de coco * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * Polpa de 1/2 maracujá para decorar

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, suco de maracujá e óleo vegetal. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture o leite de coco e o xilitol. Leve ao fogo baixo até o xilitol dissolver.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda e decore com a polpa de maracujá. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Banana com Pasta de Amendoim e Chocolate

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de aveia sem glúten * 1/2 xícara de farinha de amendoim * 1/4

xícara de cacau em pó 100% * 3 bananas maduras amassadas * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo de girassol * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Cobertura (opcional): * 1/2 xícara de pasta de amendoim integral sem açúcar * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol em pó * Um pouco de leite vegetal para diluir (se necessário) * Chocolate amargo sem açúcar picado para decorar

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma de bolo inglês.

Em uma tigela grande, misture as farinhas, cacau em pó, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal, óleo e as bananas amassadas.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e mexa bem até incorporar.

Adicione o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 40-45 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Deixe o bolo esfriar completamente. Se desejar, prepare a cobertura misturando a pasta de amendoim com o xilitol em pó e um pouco de leite vegetal até atingir a consistência desejada. Espalhe sobre o bolo e decore com chocolate picado.

Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Cenoura com Cobertura de Chocolate

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de aveia sem glúten * 1/2 xícara de farinha de grão de bico * 1/4

xícara de farinha de linhaça * 1 xícara de cenoura ralada fina * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 colher de chá de canela em pó * 1/2 colher de chá de noz-moscada ralada * 1 pitada de sal

Para a Cobertura: * 1/2 xícara de chocolate amargo sem açúcar picado * 1/4 xícara de leite vegetal * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma quadrada (20x20cm).

Em um liquidificador, bata os ovos, leite vegetal, óleo vegetal, xilitol e a cenoura ralada até obter uma mistura homogênea.

Em uma tigela grande, misture a farinha de aveia, farinha de grão de bico, farinha de linhaça, canela, noz-moscada e sal.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e mexa bem até incorporar.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 35-40 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Para a cobertura: derreta o chocolate amargo em banho-maria ou no micro-ondas.

Adicione o leite vegetal e o xilitol em pó, misturando até obter um creme liso.

Deixe o bolo esfriar completamente antes de espalhar a cobertura. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Maçã com Especiarias e Passas

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de aveia sem glúten * 1/2 xícara de farinha de amêndoas * 1/4

xícara de farinha de coco * 2 maçãs médias raladas (sem casca) * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo de coco derretido * 1/2 xícara de passas * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 colher de chá de canela em pó * 1 pitada de sal

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol, canela e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo de coco. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente as maçãs raladas, as passas e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 35-40 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Deixe o bolo esfriar completamente e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Milho com Coco

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de milho fina (fubá) * 1/2 xícara de farinha de arroz * 1/4 xícara

de polvilho doce * 1 xícara de milho verde (fresco ou enlatado, escorrido) * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite de coco * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda com furo central (22cm).

No liquidificador, bata o milho verde, ovos, leite de coco, óleo vegetal e xilitol até obter uma mistura homogênea.

Em uma tigela grande, misture a farinha de milho, farinha de arroz, polvilho doce e sal.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e mexa bem até incorporar.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 35-40 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Deixe o bolo esfriar completamente e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Laranja com Calda de Maracujá

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de suco de laranja natural * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * Raspas de 1 laranja * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * Polpa de 1 maracujá * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1/4 xícara de água

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, suco de laranja, óleo vegetal e raspas de laranja.

Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture a polpa de maracujá, xilitol e água. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até engrossar levemente.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Limão Siciliano com Calda de Amora

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de amêndoas * 1/2 xícara de farinha de coco * 1/4

xícara de psyllium * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 4 ovos grandes * 1/2 xícara de suco de limão siciliano fresco * 1/4 xícara de azeite de oliva extra virgem * Raspas de 2 limões sicilianos * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1 xícara de amoras frescas ou congeladas * 1/4 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma retangular pequena (20x30cm).

Em uma tigela grande, misture a farinha de amêndoas, farinha de coco, psyllium, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, suco de limão siciliano, azeite e raspas de limão siciliano. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 25-30 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo esfria, prepare a calda: em uma panela, misture as amoras, água e xilitol. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até as amoras desmancharem e a calda engrossar levemente.

Espalhe a calda sobre o bolo já frio e leve à geladeira por pelo menos 1 hora antes de servir.

Bolo Gelado de Manga com Pimenta Rosa

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1 xícara de manga madura picada * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda (opcional): * 1/2 xícara de manga picada * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1/4 xícara de água * 1/2 colher de chá de pimenta rosa em grãos (levemente amassados)

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal, óleo vegetal e a manga picada. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Se desejar, prepare a calda: em uma panela pequena, misture a manga, xilitol, água e pimenta rosa. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até a manga desmanchar e a calda engrossar levemente.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda (se usar) e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Abacate com Cacau

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de cacau em pó 100% * 1/4 xícara de polvilho doce * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de abacate maduro amassado * 1/4 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, cacau em pó, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, abacate amassado, leite vegetal e óleo vegetal. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Deixe o bolo esfriar completamente e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Abacaxi com Calda de Coco e Especiarias

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho doce * 1 xícara de abacaxi picado * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite de coco * 1/4 xícara de óleo de coco derretido * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 colher de chá de canela em pó * 1/2 colher de chá de cravo em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de leite de coco * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1 colher de chá de essência de baunilha

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol, canela, cravo e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite de coco e óleo de coco. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o abacaxi picado e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture o leite de coco, xilitol e essência de baunilha. Leve ao fogo baixo até o xilitol dissolver.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Banana com Calda de Chocolate

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de aveia sem glúten * 1/2 xícara de farinha de amêndoas * 1/4

xícara de farinha de coco * 3 bananas maduras amassadas * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo de girassol * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de cacau em pó 100% * 1/4 xícara de xilitol ou eritritol * 1/2 xícara de água

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma de bolo inglês.

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal, óleo e as bananas amassadas.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e mexa bem até incorporar.

Adicione o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 40-45 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo esfria, prepare a calda: em uma panela pequena, misture o cacau em pó, xilitol e água. Leve ao fogo baixo, mexendo sempre, até engrossar.

Deixe o bolo esfriar completamente e regue com a calda de chocolate. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Cenoura com Calda de Laranja e Especiarias

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de aveia sem glúten * 1/2 xícara de farinha de grão de bico * 1/4

xícara de farinha de linhaça * 1 xícara de cenoura ralada fina * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 colher de chá de canela em pó * 1/2 colher de chá de gengibre em pó * 1 pitada de noz-moscada * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de suco de laranja natural * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1/2 colher de chá de canela em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma quadrada (20x20cm).

Em um liquidificador, bata os ovos, leite vegetal, óleo vegetal, xilitol e a cenoura ralada até obter uma mistura homogênea.

Em uma tigela grande, misture a farinha de aveia, farinha de grão de bico, farinha de linhaça, canela, noz-moscada e sal.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e mexa bem até incorporar.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 35-40 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo esfria, prepare a calda: em uma panela pequena, misture o suco de laranja, xilitol e canela. Leve ao fogo baixo até o xilitol dissolver.

Deixe o bolo esfriar completamente e regue com a calda. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Abacaxi com Calda de Hortelã

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho doce * 1 xícara de abacaxi picado * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de suco de abacaxi * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * Folhas de hortelã para infusão

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal, óleo vegetal e o abacaxi picado. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture o suco de abacaxi, xilitol e as folhas de hortelã. Leve ao fogo baixo até o xilitol dissolver e a calda pegar o sabor da hortelã. Retire as folhas de hortelã antes de usar.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Manga com Calda de Maracujá

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1 xícara de manga madura picada * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * Polpa de 1 maracujá * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1/4 xícara de água

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal, óleo vegetal e a manga picada. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture a polpa de maracujá, xilitol e água. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até engrossar levemente.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Abacate com Calda de Limão e Gengibre

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de abacate maduro amassado * 1/4 xícara de suco de limão * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/4 xícara de suco de limão * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1 colher de chá de gengibre ralado ou em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, abacate amassado, suco de limão e óleo vegetal.

Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo esfria, prepare a calda: em uma panela pequena, misture o suco de limão, xilitol e gengibre. Leve ao fogo baixo até o xilitol dissolver.

Deixe o bolo esfriar completamente e regue com a calda. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Abóbora com Calda de Coco e Especiarias

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho doce * 1 xícara de abóbora cozida e amassada * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite de coco * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 colher de chá de canela em pó * 1/2 colher de chá de gengibre em pó * 1 pitada de noz-moscada * 1 pitada de sal

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol, canela, gengibre, noz-moscada e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite de coco, óleo vegetal e a abóbora amassada.

Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 35-40 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Deixe o bolo esfriar completamente e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Batata Doce com Calda de Maracujá

Ingredientes:

- * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho doce * 1 xícara de batata doce cozida e amassada * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal
Para a Calda: * Polpa de 1 maracujá * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1/4 xícara de água

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda com furo central (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal, óleo vegetal e a batata doce amassada. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 35-40 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture a polpa de maracujá, xilitol e água. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até engrossar levemente.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Inhame com Calda de Maracujá

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1 xícara de inhame cozido e amassado * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * Polpa de 1 maracujá * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1/4 xícara de água

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda com furo central (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal, óleo vegetal e o inhame amassado.

Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 35-40 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture a polpa de maracujá, xilitol e água. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até engrossar levemente.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Mandioca com Calda de Coco

Ingredientes: - * 1 xícara de mandioca cozida e amassada * 1/2 xícara de farinha de arroz * 1/4 xícara de polvilho doce * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite de coco * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de leite de coco * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * Coco ralado para decorar

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite de coco, óleo vegetal e a mandioca amassada.

Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 35-40 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture o leite de coco e o xilitol. Leve ao fogo baixo até o xilitol dissolver.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda e polvilhe com coco ralado. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Abacaxi com Calda de Hortelã e Limão

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1 xícara de abacaxi picado * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de suco de abacaxi * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * Folhas de hortelã para infusão * Suco de 1/2 limão

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal, óleo vegetal e o abacaxi picado. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture o suco de abacaxi, xilitol, folhas de hortelã e suco de limão. Leve ao fogo baixo até o xilitol dissolver e a calda pegar o sabor da hortelã. Retire as folhas de hortelã antes de usar.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Maracujá com Calda de Gengibre

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho doce * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de suco concentrado de maracujá (sem açúcar) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 colher de chá de gengibre ralado ou em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * Polpa de 1 maracujá * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1/4 xícara de água * 1/2 colher de chá de gengibre ralado ou em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, suco de maracujá e óleo vegetal. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture a polpa de maracujá, xilitol, água e gengibre. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até engrossar levemente.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Limão com Calda de Framboesa

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de suco de limão fresco * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * Raspas de 1 limão * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de framboesas frescas ou congeladas * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1/4 xícara de água

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, suco de limão, óleo vegetal e raspas de limão. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture as framboesas, xilitol e água. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até as framboesas desmancharem e a calda engrossar levemente.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Chocolate com Calda de Café

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de amêndoas * 1/2 xícara de cacau em pó 100% * 1/4 xícara de

farinha de coco * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 4 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo de coco derretido * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de café coado forte (sem açúcar) * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture a farinha de amêndoas, cacau em pó, farinha de coco, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo de coco. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture o café, xilitol e leve ao fogo baixo até o xilitol dissolver.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Coco com Calda de Cupuaçu e Castanha do Pará

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1 xícara de coco ralado sem açúcar * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite de coco * 1/4 xícara de óleo de coco derretido * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1 xícara de polpa de cupuaçu * 1/4 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * Castanha do Pará picada para decorar

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda com furo central (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite de coco e óleo de coco. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o coco ralado e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela, misture a polpa de cupuaçu, água e xilitol. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até a calda engrossar levemente.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda de cupuaçu e decore com castanha do Pará picada. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Milho com Goiabada

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de milho fina (fubá) * 1/2 xícara de farinha de arroz * 1/4 xícara

de polvilho doce * 1 xícara de milho verde (fresco ou enlatado, escorrido) * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite de coco * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Cobertura (opcional): * 1/2 xícara de goiabada cremosa sem açúcar * 2 colheres de sopa de água (se necessário para diluir)

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda com furo central (22cm).

No liquidificador, bata o milho verde, ovos, leite de coco, óleo vegetal e xilitol até obter uma mistura homogênea.

Em uma tigela grande, misture a farinha de milho, farinha de arroz, polvilho doce e sal.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e mexa bem até incorporar.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 35-40 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Deixe o bolo esfriar completamente. Se desejar, aqueça a goiabada com a água até ficar cremosa e espalhe sobre o bolo.

Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Laranja com Calda de Frutas Vermelhas

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de suco de laranja natural * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * Raspas de 1 laranja * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1 xícara de frutas vermelhas congeladas (morango, amora, framboesa) * 1/4 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, suco de laranja, óleo vegetal e raspas de laranja.

Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela, misture as frutas vermelhas, água e xilitol. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até as frutas desmancharem e a calda engrossar levemente.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda de frutas vermelhas e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Limão Siciliano com Calda de Mirtilo

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de amêndoas * 1/2 xícara de farinha de coco * 1/4

xícara de psyllium * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 4 ovos grandes * 1/2 xícara de suco de limão siciliano fresco * 1/4 xícara de azeite de oliva extra virgem * Raspas de 2 limões sicilianos * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1 xícara de mirtilos frescos ou congelados * 1/4 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma retangular pequena (20x30cm).

Em uma tigela grande, misture a farinha de amêndoas, farinha de coco, psyllium, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, suco de limão siciliano, azeite e raspas de limão siciliano. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 25-30 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo esfria, prepare a calda: em uma panela, misture os mirtilos, água e xilitol. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até os mirtilos desmancharem e a calda engrossar levemente.

Espalhe a calda sobre o bolo já frio e leve à geladeira por pelo menos 1 hora antes de servir.

Bolo Gelado de Manga com Coco

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho doce * 1 xícara de manga madura picada * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite de coco * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite de coco, óleo vegetal e a manga picada. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Deixe o bolo esfriar completamente e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Abacaxi com Calda de Coco e Raspas de Limão

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1 xícara de abacaxi picado * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite de coco * 1/4 xícara de óleo de coco derretido * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de leite de coco * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * Raspas de 1 limão

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite de coco e óleo de coco. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o abacaxi picado e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture o leite de coco, xilitol e raspas de limão. Leve ao fogo baixo até o xilitol dissolver.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Banana com Calda de Maracujá

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de aveia sem glúten * 1/2 xícara de farinha de arroz * 1/4 xícara de fécula de batata * 3 bananas maduras amassadas * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo de girassol * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * Polpa de 1 maracujá * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1/4 xícara de água

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma de bolo inglês.

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal, óleo e as bananas amassadas. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem até incorporar.

Adicione o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 40-45 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo esfria, prepare a calda: em uma panela pequena, misture a polpa de maracujá, xilitol e água. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até engrossar levemente.

Deixe o bolo esfriar completamente e regue com a calda de maracujá. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Cenoura com Calda de Damasco

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de aveia sem glúten * 1/2 xícara de farinha de grão de bico * 1/4

xícara de farinha de linhaça * 1 xícara de cenoura ralada fina * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 colher de chá de canela em pó * 1/2 colher de chá de noz-moscada ralada * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1 xícara de damascos secos picados * 1/2 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma quadrada (20x20cm).

Em um liquidificador, bata os ovos, leite vegetal, óleo vegetal, xilitol e a cenoura ralada até obter uma mistura homogênea.

Em uma tigela grande, misture a farinha de aveia, farinha de grão de bico, farinha de linhaça, canela, noz-moscada e sal.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e mexa bem até incorporar.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 35-40 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Para a calda: em uma panela pequena, misture os damascos, água e xilitol. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até os damascos ficarem macios e a calda engrossar levemente. Se desejar, bata a calda no liquidificador para uma consistência mais lisa.

Deixe o bolo esfriar completamente e regue com a calda. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Abóbora com Calda de Coco e Nozes

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho doce * 1 xícara de abóbora cozida e amassada * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite de coco * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 colher de chá de canela em pó * 1/2 colher de chá de gengibre em pó * 1 pitada de noz-moscada * 1/2 xícara de nozes picadas * 1 pitada de sal

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol, canela, gengibre, noz-moscada e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite de coco, óleo vegetal e a abóbora amassada.

Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó e as nozes picadas, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 35-40 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Deixe o bolo esfriar completamente e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Batata Doce com Calda de Frutas Vermelhas

Ingredientes:

- * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho doce * 1 xícara de batata doce cozida e amassada * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal
Para a Calda: * 1 xícara de frutas vermelhas congeladas (morango, amora, framboesa) * 1/4 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda com furo central (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal, óleo vegetal e a batata doce amassada. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 35-40 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela, misture as frutas vermelhas, água e xilitol. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até as frutas desmancharem e a calda engrossar levemente.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda de frutas vermelhas e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Inhame com Calda de Coco e Especiarias

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho doce * 1 xícara de inhame cozido e amassado * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite de coco * 1/4 xícara de óleo de coco derretido * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 colher de chá de canela em pó * 1/2 colher de chá de cravo em pó * 1 pitada de sal

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda com furo central (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol, canela, cravo e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite de coco, óleo de coco e o inhame amassado.

Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 35-40 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Deixe o bolo esfriar completamente e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Mandioca com Coco e Especiarias

Ingredientes: - * 1 xícara de mandioca cozida e amassada * 1/2 xícara de farinha de arroz * 1/4 xícara de polvilho doce * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite de coco * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 colher de chá de canela em pó * 1/2 colher de chá de cravo em pó * 1 pitada de sal

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, polvilho doce, xilitol, canela, cravo e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite de coco, óleo vegetal e a mandioca amassada.

Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 35-40 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Deixe o bolo esfriar completamente e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Abacaxi com Calda de Hortelã e Gengibre

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1 xícara de abacaxi picado * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de suco de abacaxi * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * Folhas de hortelã para infusão * 1/2 colher de chá de gengibre ralado ou em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal, óleo vegetal e o abacaxi picado. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture o suco de abacaxi, xilitol, folhas de hortelã e gengibre. Leve ao fogo baixo até o xilitol dissolver e a calda pegar o sabor. Retire as folhas de hortelã antes de usar.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Manga com Calda de Pimenta Rosa e Limão

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1 xícara de manga madura picada * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de manga picada * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1/4 xícara de água * 1/2 colher de chá de pimenta rosa em grãos (levemente amassados) * Suco de 1/2 limão

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal, óleo vegetal e a manga picada. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Se desejar, prepare a calda: em uma panela pequena, misture a manga, xilitol, água, pimenta rosa e suco de limão. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até a manga desmanchar e a calda engrossar levemente.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda (se usar) e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Abacate com Calda de Chocolate e Pimenta

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de cacau em pó 100% * 1/4 xícara de polvilho doce * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de abacate maduro amassado * 1/4 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de chocolate amargo sem açúcar picado * 1/4 xícara de leite vegetal * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol em pó * 1 pitada de pimenta caiena (opcional)

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, cacau em pó, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, abacate amassado, leite vegetal e óleo vegetal. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Para a calda: derreta o chocolate amargo em banho-maria ou no micro-ondas. Adicione o leite vegetal, xilitol em pó e pimenta caiena (se usar), misturando até obter um creme liso.

Deixe o bolo esfriar completamente e regue com a calda. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Abacaxi com Calda de Coco, Especiarias e Rum

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho doce * 1 xícara de abacaxi picado * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite de coco * 1/4 xícara de óleo de coco derretido * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 colher de chá de canela em pó * 1/2 colher de chá de cravo em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de leite de coco * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1 colher de chá de essência de rum (sem álcool) * 1 colher de chá de essência de baunilha

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol, canela, cravo e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite de coco e óleo de coco. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o abacaxi picado e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture o leite de coco, xilitol, essência de rum e essência de baunilha. Leve ao fogo baixo até o xilitol dissolver.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Banana com Calda de Amendoim e Coco

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de aveia sem glúten * 1/2 xícara de farinha de amendoim * 1/4

xícara de farinha de coco * 3 bananas maduras amassadas * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo de girassol * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de pasta de amendoim integral sem açúcar * 1/4 xícara de leite de coco * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma de bolo inglês.

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal, óleo e as bananas amassadas. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem até incorporar.

Adicione o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 40-45 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo esfria, prepare a calda: em uma panela pequena, misture a pasta de amendoim, leite de coco e xilitol. Leve ao fogo baixo, mexendo sempre, até engrossar.

Deixe o bolo esfriar completamente e regue com a calda. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Cenoura com Calda de Especiarias e Nozes

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de aveia sem glúten * 1/2 xícara de farinha de grão de bico * 1/4

xícara de farinha de linhaça * 1 xícara de cenoura ralada fina * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 colher de chá de canela em pó * 1/2 colher de chá de gengibre em pó * 1 pitada de noz-moscada * 1/2 xícara de nozes picadas * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/4 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1 colher de chá de canela em pó * 1/2 colher de chá de gengibre em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma quadrada (20x20cm).

Em um liquidificador, bata os ovos, leite vegetal, óleo vegetal, xilitol e a cenoura ralada até obter uma mistura homogênea.

Em uma tigela grande, misture a farinha de aveia, farinha de grão de bico, farinha de linhaça, canela, noz-moscada e sal.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e mexa bem até incorporar.

Adicione o fermento em pó e as nozes picadas, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 35-40 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo esfria, prepare a calda: em uma panela pequena, misture a água, xilitol, canela e gengibre. Leve ao fogo baixo até o xilitol dissolver.

Deixe o bolo esfriar completamente e regue com a calda. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Abóbora com Calda de Caramelo Salgado

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1 xícara de abóbora cozida e amassada * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 colher de chá de canela em pó * 1/2 colher de chá de gengibre em pó * 1 pitada de noz-moscada * 1 pitada de sal

Para a Calda de Caramelo Salgado: * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 1/4 xícara de água * 1/4 xícara de creme de leite de coco * 1 colher de chá de extrato de baunilha * 1/4 colher de chá de sal marinho

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol, canela, gengibre, noz-moscada e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal, óleo vegetal e a abóbora amassada.

Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 35-40 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo esfria, prepare a calda: em uma panela pequena, derreta o xilitol com a água em fogo baixo até formar um caramelo claro. Retire do fogo e adicione o creme de leite de coco, extrato de baunilha e sal marinho, mexendo rapidamente até incorporar (cuidado, pode borbulhar).

Deixe o bolo esfriar completamente e regue com a calda de caramelo salgado. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Batata Doce com Calda de Chocolate

Ingredientes:

- * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho doce * 1 xícara de batata doce cozida e amassada * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal
Para a Calda: * 1/2 xícara de cacau em pó 100% * 1/4 xícara de xilitol ou eritritol * 1/2 xícara de água

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda com furo central (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal, óleo vegetal e a batata doce amassada. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 35-40 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture o cacau em pó, xilitol e água. Leve ao fogo baixo, mexendo sempre, até engrossar.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda de chocolate e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Inhame com Calda de Coco, Especiarias e Nozes

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho doce * 1 xícara de inhame cozido e amassado * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite de coco * 1/4 xícara de óleo de coco derretido * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 colher de chá de canela em pó * 1/2 colher de chá de cravo em pó * 1 pitada de noz-moscada * 1/2 xícara de nozes picadas * 1 pitada de sal

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda com furo central (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol, canela, cravo, noz-moscada e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite de coco, óleo de coco e o inhame amassado.

Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó e as nozes picadas, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 35-40 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Deixe o bolo esfriar completamente e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Mandioca com Calda de Goiabada e Coco

Ingredientes: - * 1 xícara de mandioca cozida e amassada * 1/2 xícara de farinha de arroz * 1/4 xícara de polvilho doce * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite de coco * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de goiabada cremosa sem açúcar * 1/4 xícara de leite de coco * Coco ralado para decorar

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite de coco, óleo vegetal e a mandioca amassada.

Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 35-40 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture a goiabada e o leite de coco. Leve ao fogo baixo, mexendo sempre, até ficar cremosa.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda e polvilhe com coco ralado. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Abacaxi com Calda de Gengibre e Pimenta Rosa

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1 xícara de abacaxi picado * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de suco de abacaxi * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1 colher de chá de gengibre ralado ou em pó * 1/4 colher de chá de pimenta rosa em grãos (levemente amassados)

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal, óleo vegetal e o abacaxi picado. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture o suco de abacaxi, xilitol, gengibre e pimenta rosa. Leve ao fogo baixo até o xilitol dissolver e a calda pegar o sabor. Retire do fogo.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Manga com Calda de Gengibre e Hortelã

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1 xícara de manga madura picada * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de manga picada * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1/4 xícara de água * 1 colher de chá de gengibre ralado ou em pó * Folhas de hortelã para infusão

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal, óleo vegetal e a manga picada. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Se desejar, prepare a calda: em uma panela pequena, misture a manga, xilitol, água, gengibre e folhas de hortelã. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até a manga desmanchar e a calda engrossar levemente. Retire as folhas de hortelã antes de usar.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda (se usar) e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Abacate com Calda de Limão e Coco

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de abacate maduro amassado * 1/4 xícara de suco de limão * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/4 xícara de suco de limão * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1/4 xícara de leite de coco

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, abacate amassado, suco de limão e óleo vegetal.

Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo esfria, prepare a calda: em uma panela pequena, misture o suco de limão, xilitol e leite de coco. Leve ao fogo baixo até o xilitol dissolver.

Deixe o bolo esfriar completamente e regue com a calda. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Abóbora com Calda de Especiarias e Frutas Secas

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1 xícara de abóbora cozida e amassada * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 colher de chá de canela em pó * 1/2 colher de chá de gengibre em pó * 1 pitada de noz-moscada * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de mix de frutas secas (passas, damascos picados) * 1/4 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1/2 colher de chá de canela em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol, canela, gengibre, noz-moscada e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal, óleo vegetal e a abóbora amassada.

Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 35-40 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo esfria, prepare a calda: em uma panela pequena, misture as frutas secas, água, xilitol e canela. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até as frutas ficarem macias e a calda engrossar levemente.

Deixe o bolo esfriar completamente e regue com a calda. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Batata Doce com Calda de Caramelo Salgado

Ingredientes:

- * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho doce * 1 xícara de batata doce cozida e amassada * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal
Para a Calda de Caramelo Salgado: * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 1/4 xícara de água * 1/4 xícara de creme de leite de coco * 1 colher de chá de extrato de baunilha * 1/4 colher de chá de sal marinho

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda com furo central (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal, óleo vegetal e a batata doce amassada. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 35-40 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo esfria, prepare a calda: em uma panela pequena, derreta o xilitol com a água em fogo baixo até formar um caramelo claro. Retire do fogo e adicione o creme de leite de coco, extrato de baunilha e sal marinho, mexendo rapidamente até incorporar (cuidado, pode borbulhar).

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda de caramelo salgado e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Amendoim com Calda de Chocolate

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de amendoim * 1/2 xícara de farinha de arroz * 1/4

xícara de fécula de batata * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo de girassol * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de cacau em pó 100% * 1/4 xícara de xilitol ou eritritol * 1/2 xícara de água

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo de girassol. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo esfria, prepare a calda: em uma panela pequena, misture o cacau em pó, xilitol e água. Leve ao fogo baixo, mexendo sempre, até engrossar.

Deixe o bolo esfriar completamente e regue com a calda de chocolate. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Banana com Calda de Amendoim e Chocolate

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de aveia sem glúten * 1/2 xícara de farinha de amendoim * 1/4

xícara de cacau em pó 100% * 3 bananas maduras amassadas * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo de girassol * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de pasta de amendoim integral sem açúcar * 1/4 xícara de leite de coco * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1 colher de sopa de cacau em pó 100%

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma de bolo inglês.

Em uma tigela grande, misture as farinhas, cacau em pó, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal, óleo e as bananas amassadas. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem até incorporar.

Adicione o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 40-45 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo esfria, prepare a calda: em uma panela pequena, misture a pasta de amendoim, leite de coco, xilitol e cacau em pó. Leve ao fogo baixo, mexendo sempre, até engrossar.

Deixe o bolo esfriar completamente e regue com a calda. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Cenoura com Calda de Especiarias e Frutas Secas

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de aveia sem glúten * 1/2 xícara de farinha de grão de bico * 1/4

xícara de farinha de linhaça * 1 xícara de cenoura ralada fina * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 colher de chá de canela em pó * 1/2 colher de chá de gengibre em pó * 1 pitada de noz-moscada * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de mix de frutas secas (passas, damascos picados) * 1/4 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1/2 colher de chá de canela em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma quadrada (20x20cm).

Em um liquidificador, bata os ovos, leite vegetal, óleo vegetal, xilitol e a cenoura ralada até obter uma mistura homogênea.

Em uma tigela grande, misture a farinha de aveia, farinha de grão de bico, farinha de linhaça, canela, noz-moscada e sal.

Despeje a mistura líquida sobre os ingredientes secos e mexa bem até incorporar.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 35-40 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo esfria, prepare a calda: em uma panela pequena, misture as frutas secas, água, xilitol e canela. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até as frutas ficarem macias e a calda engrossar levemente.

Deixe o bolo esfriar completamente e regue com a calda. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Batata Doce com Calda de Caramelo Salgado e Nozes

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho doce * 1 xícara de batata doce cozida e amassada * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda de Caramelo Salgado: * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 1/4 xícara de água * 1/4 xícara de creme de leite de coco * 1 colher de chá de extrato de baunilha * 1/4 colher de chá de sal marinho * 1/4 xícara de nozes picadas

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda com furo central (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal, óleo vegetal e a batata doce amassada. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 35-40 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo esfria, prepare a calda: em uma panela pequena, derreta o xilitol com a água em fogo baixo até formar um caramelo claro. Retire do fogo e adicione o creme de leite de coco, extrato de baunilha e sal marinho, mexendo rapidamente até incorporar (cuidado, pode borbulhar). Adicione as nozes picadas.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda de caramelo salgado e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Abacate com Calda de Frutas Vermelhas

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de abacate maduro amassado * 1/4 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1 xícara de frutas vermelhas congeladas (morango, amora, framboesa) * 1/4 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, abacate amassado, leite vegetal e óleo vegetal. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo esfria, prepare a calda: em uma panela, misture as frutas vermelhas, água e xilitol. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até as frutas desmancharem e a calda engrossar levemente.

Deixe o bolo esfriar completamente e regue com a calda de frutas vermelhas. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Manga com Calda de Coco e Cardamomo

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1 xícara de manga madura picada * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite de coco * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de leite de coco * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1/4 colher de chá de cardamomo em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite de coco, óleo vegetal e a manga picada. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture o leite de coco, xilitol e cardamomo. Leve ao fogo baixo até o xilitol dissolver.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Caju com Calda de Maracujá

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de caju * 1/2 xícara de farinha de arroz * 1/4 xícara de fécula de

batata * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * Polpa de 1 maracujá * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1/4 xícara de água

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo vegetal. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture a polpa de maracujá, xilitol e água. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até engrossar levemente.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Goiaba com Calda de Coco

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho

doce * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 xícara de goiaba picada (sem sementes) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de leite de coco * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * Coco ralado para decorar

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo vegetal. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente a goiaba picada e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo assa, prepare a calda: em uma panela pequena, misture o leite de coco e o xilitol. Leve ao fogo baixo até o xilitol dissolver.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda e polvilhe com coco ralado. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Amora com Calda de Limão e Hortelã

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de arroz * 1/2 xícara de fécula de batata * 1/4 xícara de polvilho doce * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 xícara de amoras frescas ou congeladas * Suco de 1 limão * Raspas de 1 limão * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de amoras frescas ou congeladas * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1/4 xícara de água * Suco de 1/2 limão * Folhas de hortelã para infusão

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, fécula de batata, polvilho doce, xilitol e sal. Misture bem.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal, óleo vegetal, suco e raspas de limão.

Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa até incorporar.

Acrescente as amoras e o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Se desejar, prepare a calda: em uma panela pequena, misture as amoras, xilitol, água, suco de limão e folhas de hortelã. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até as amoras desmancharem e a calda engrossar levemente. Retire as folhas de hortelã antes de usar.

Retire o bolo do forno, deixe amornar e desenforme. Regue com a calda (se usar) e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Banana com Pasta de Amendoim e Calda de Frutas Vermelhas

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de aveia sem glúten * 1/2 xícara de farinha de amendoim * 1/4

xícara de farinha de coco * 3 bananas maduras amassadas * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo de girassol * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1 xícara de frutas vermelhas congeladas (morango, amora, framboesa) * 1/4 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma de bolo inglês.

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal, óleo e as bananas amassadas. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem até incorporar.

Adicione o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 40-45 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo esfria, prepare a calda: em uma panela pequena, misture as frutas vermelhas, água e xilitol. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até as frutas desmancharem e a calda engrossar levemente.

Deixe o bolo esfriar completamente e regue com a calda de frutas vermelhas. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Chocolate com Calda de Frutas Tropicais

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de amêndoas * 1/2 xícara de cacau em pó 100% * 1/4 xícara de farinha de coco * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 4 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo de coco derretido * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1 xícara de frutas tropicais picadas (manga, abacaxi, mamão) * 1/4 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture a farinha de amêndoas, cacau em pó, farinha de coco, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo de coco. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo esfria, prepare a calda: em uma panela, misture as frutas tropicais, água e xilitol. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até as frutas desmancharem e a calda engrossar levemente.

Deixe o bolo esfriar completamente e regue com a calda de frutas tropicais. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Pistache com Calda de Rosas

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de pistache * 1/2 xícara de farinha de arroz * 1/4 xícara de fécula de batata * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal * Algumas gotas de extrato de pistache (opcional)

Para a Calda: * 1/2 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1 colher de chá de água de rosas * Pétalas de rosa comestíveis para decorar (opcional)

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal, óleo vegetal e o extrato de pistache (se usar). Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo esfria, prepare a calda: em uma panela pequena, misture a água, xilitol e água de rosas. Leve ao fogo baixo até o xilitol dissolver.

Deixe o bolo esfriar completamente. Regue com a calda e decore com pétalas de rosa (se usar). Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Nozes com Calda de Tâmaras

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de nozes * 1/2 xícara de farinha de arroz * 1/4 xícara de fécula de

batata * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de tâmaras sem caroço (demolhadas em água quente por 15 minutos) * 1/4 xícara da água do demolho das tâmaras * 1 colher de chá de extrato de baunilha

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo vegetal. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo esfria, prepare a calda: escorra as tâmaras (reserve a água) e bata-as no liquidificador com a água do demolho e o extrato de baunilha até obter uma pasta lisa. Se necessário, adicione mais um pouco de água para diluir.

Deixe o bolo esfriar completamente. Regue com a calda de tâmaras e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Castanha do Pará com Calda de Chocolate

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de castanha do Pará * 1/2 xícara de farinha de arroz * 1/4 xícara de fécula de batata * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de cacau em pó 100% * 1/4 xícara de xilitol ou eritritol * 1/2 xícara de água

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo vegetal. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo esfria, prepare a calda: em uma panela pequena, misture o cacau em pó, xilitol e água. Leve ao fogo baixo, mexendo sempre, até engrossar.

Deixe o bolo esfriar completamente e regue com a calda de chocolate. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Castanha de Caju com Calda de Frutas Vermelhas

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de castanha de caju * 1/2 xícara de farinha de arroz

* 1/4 xícara

de fécula de batata * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de

leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola)

* 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1 xícara de frutas vermelhas congeladas (morango, amora, framboesa)

* 1/4 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo vegetal. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo esfria, prepare a calda: em uma panela, misture as frutas vermelhas, água e xilitol. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até as frutas desmancharem e a calda engrossar levemente.

Deixe o bolo esfriar completamente e regue com a calda de frutas vermelhas. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Amêndoa com Calda de Damasco e Cardamomo

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de amêndoas * 1/2 xícara de farinha de arroz * 1/4 xícara de

fécula de batata * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de damascos secos picados * 1/4 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1/4 colher de chá de cardamomo em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo vegetal. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo esfria, prepare a calda: em uma panela pequena, misture os damascos, água, xilitol e cardamomo. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até os damascos ficarem macios e a calda engrossar levemente.

Deixe o bolo esfriar completamente e regue com a calda. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Amêndoa com Calda de Figo e Canela

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de amêndoas * 1/2 xícara de farinha de arroz * 1/4 xícara de fécula de batata * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de figos secos picados * 1/4 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1/2 colher de chá de canela em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo vegetal. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo esfria, prepare a calda: em uma panela pequena, misture os figos, água, xilitol e canela. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até os figos ficarem macios e a calda engrossar levemente.

Deixe o bolo esfriar completamente e regue com a calda. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Amêndoa com Calda de Tâmaras e Gengibre

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de amêndoas * 1/2 xícara de farinha de arroz * 1/4 xícara de

fécula de batata * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de tâmaras sem caroço (demolhadas em água quente por 15 minutos) * 1/4 xícara da água do demolho das tâmaras * 1 colher de chá de gengibre ralado ou em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo vegetal. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo esfria, prepare a calda: escorra as tâmaras (reserve a água) e bata-as no liquidificador com a água do demolho e o gengibre até obter uma pasta lisa. Se necessário, adicione mais um pouco de água para diluir.

Deixe o bolo esfriar completamente. Regue com a calda de tâmaras e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Amêndoa com Calda de Frutas Secas e Especiarias

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de amêndoas * 1/2 xícara de farinha de arroz * 1/4 xícara de

fécula de batata * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de mix de frutas secas (passas, damascos picados, figos secos) * 1/4 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1/2 colher de chá de canela em pó * 1/4 colher de chá de cravo em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo vegetal. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo esfria, prepare a calda: em uma panela pequena, misture as frutas secas, água, xilitol, canela e cravo. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até as frutas ficarem macias e a calda engrossar levemente.

Deixe o bolo esfriar completamente e regue com a calda. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Amêndoa com Calda de Frutas Vermelhas e Baunilha

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de amêndoas * 1/2 xícara de farinha de arroz * 1/4 xícara de fécula de batata * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1 xícara de frutas vermelhas congeladas (morango, amora, framboesa) * 1/4 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1 colher de chá de extrato de baunilha

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo vegetal. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo esfria, prepare a calda: em uma panela, misture as frutas vermelhas, água, xilitol e extrato de baunilha. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até as frutas desmancharem e a calda engrossar levemente.

Deixe o bolo esfriar completamente e regue com a calda de frutas vermelhas. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Amêndoa com Calda de Frutas Tropicais e Gengibre

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de amêndoas * 1/2 xícara de farinha de arroz * 1/4 xícara de

fécula de batata * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1 xícara de frutas tropicais picadas (manga, abacaxi, mamão) * 1/4 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1/2 colher de chá de gengibre ralado ou em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo vegetal. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo esfria, prepare a calda: em uma panela, misture as frutas tropicais, água, xilitol e gengibre. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até as frutas desmancharem e a calda engrossar levemente.

Deixe o bolo esfriar completamente e regue com a calda de frutas tropicais. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Amêndoa com Calda de Goiaba e Gengibre

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de amêndoas * 1/2 xícara de farinha de arroz * 1/4 xícara de fécula de batata * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de goiaba picada (sem sementes) * 1/4 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1/2 colher de chá de gengibre ralado ou em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo vegetal. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo esfria, prepare a calda: em uma panela pequena, misture a goiaba, água, xilitol e gengibre. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até a goiaba desmanchar e a calda engrossar levemente.

Deixe o bolo esfriar completamente e regue com a calda. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Amêndoa com Calda de Caju e Canela

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de amêndoas * 1/2 xícara de farinha de arroz * 1/4 xícara de

fécula de batata * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de castanha de caju crua (demolhada por 2 horas) * 1/4 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1/2 colher de chá de canela em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo vegetal. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo esfria, prepare a calda: escorra as castanhas de caju e bata no liquidificador com a água, xilitol e canela até obter um creme liso. Se necessário, adicione mais um pouco de água para diluir.

Deixe o bolo esfriar completamente e regue com a calda. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Amêndoa com Calda de Cupuaçu e Coco

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de amêndoas * 1/2 xícara de farinha de arroz * 1/4

xícara de fécula de batata * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de polpa de cupuaçu * 1/4 xícara de leite de coco * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * Coco ralado para decorar

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo vegetal. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo esfria, prepare a calda: em uma panela pequena, misture a polpa de cupuaçu, leite de coco e xilitol. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até a calda engrossar levemente.

Deixe o bolo esfriar completamente e regue com a calda. Polvilhe com coco ralado e leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Amêndoa com Calda de Graviola e Limão

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de amêndoas * 1/2 xícara de farinha de arroz * 1/4 xícara de fécula de batata * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de polpa de graviola * 1/4 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * Suco de 1/2 limão

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo vegetal. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo esfria, prepare a calda: em uma panela pequena, misture a polpa de graviola, água, xilitol e suco de limão. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até a calda engrossar levemente.

Deixe o bolo esfriar completamente e regue com a calda. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Amêndoa com Calda de Tamarindo e Pimenta

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de amêndoas * 1/2 xícara de farinha de arroz * 1/4 xícara de fécula de batata * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de polpa de tamarindo * 1/4 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1 pitada de pimenta caiena (opcional)

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo vegetal. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo esfria, prepare a calda: em uma panela pequena, misture a polpa de tamarindo, água, xilitol e pimenta caiena (se usar). Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até a calda engrossar levemente.

Deixe o bolo esfriar completamente e regue com a calda. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo Gelado de Amêndoa com Calda de Jabuticaba e Canela

Ingredientes: - * 1 xícara de farinha de amêndoas * 1/2 xícara de farinha de arroz * 1/4 xícara de fécula de batata * 1/2 xícara de xilitol ou eritritol * 3 ovos grandes * 1/2 xícara de leite vegetal (amêndoa, arroz ou aveia) * 1/4 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola) * 1 colher de sopa de fermento em pó * 1 pitada de sal

Para a Calda: * 1/2 xícara de jabuticabas frescas ou congeladas * 1/4 xícara de água * 2 colheres de sopa de xilitol ou eritritol * 1/2 colher de chá de canela em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C. Unte e enfarinhe uma forma redonda (22cm).

Em uma tigela grande, misture as farinhas, xilitol e sal.

Em outra tigela, bata os ovos, leite vegetal e óleo vegetal. Adicione essa mistura aos ingredientes secos e mexa bem.

Acrescente o fermento em pó, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por cerca de 30-35 minutos, ou até dourar e passar no teste do palito.

Enquanto o bolo esfria, prepare a calda: em uma panela pequena, misture as jabuticabas, água, xilitol e canela. Leve ao fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até as jabuticabas desmancharem e a calda engrossar levemente.

Deixe o bolo esfriar completamente e regue com a calda. Leve à geladeira por pelo menos 2 horas antes de servir.

Bolo de Chocolate com Recheio de Coco

Ingredientes: - 3 ovos

- 1 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de cacau em pó
- 1/2 xícara de açúcar de coco
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de leite vegetal
- 1 colher de sopa de fermento

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.

Massa: Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, o cacau em pó, o açúcar de coco (ou xilitol), o fermento, o bicarbonato e o sal. Em outra tigela, misture o leite vegetal, o óleo vegetal e o extrato de baunilha. Adicione os ingredientes líquidos aos secos e misture até incorporar.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 25-30 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo. Deixe esfriar.

Recheio: Em uma panela, misture o coco ralado, o leite de coco e o açúcar de coco (ou xilitol). Cozinhe em fogo baixo, mexendo sempre, até engrossar e o coco absorver o líquido. Deixe esfriar.

Corte o bolo ao meio horizontalmente e recheie com o creme de coco. Sirva.

Bolo de Cenoura com Recheio de Doce de Leite Vegano

Ingredientes:

2 cenouras médias

- 3 ovos

- 1/2 xícara de óleo vegetal

- 1 xícara de farinha de arroz

- 1/2 xícara de açúcar de coco

- 1 colher de sopa de fermento

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.

Massa: Em uma tigela grande, misture as cenouras raladas, o leite vegetal, o óleo vegetal e o açúcar de coco (ou xilitol). Em outra tigela, combine a farinha de arroz, o amido de milho, o fermento e o sal. Adicione os ingredientes secos aos molhados e misture até incorporar.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo. Deixe esfriar.

Recheio: Bata as tâmaras, o leite de coco e o extrato de baunilha no liquidificador até obter um creme homogêneo e espesso, semelhante a doce de leite.

Corte o bolo ao meio horizontalmente e recheie com o doce de leite vegano. Sirva.

Bolo de Laranja com Recheio de Creme de Castanha de Caju

Ingredientes

Massa:

- 1 xícara (chá) de suco de laranja (natural)
- 1 colher (sopa) de raspas de laranja
- 1 xícara (chá) de leite vegetal (amêndoas, aveia ou outro)
- ½ xícara (chá) de óleo vegetal (girassol, canola ou outro)
- 1 xícara (chá) de açúcar de coco ou xilitol
- 1 e ½ xícaras (chá) de farinha de arroz
- ½ xícara (chá) de amido de milho
- 1 colher (sopa) de fermento em pó
- 1 xícara (chá) de castanha de caju crua (deixada de molho por 4 horas)
- ½ xícara (chá) de água (ou o suficiente para bater)
- 3 colheres (sopa) de açúcar de coco ou xilitol
- 1 colher (chá) de extrato de baunilha

Modo de Preparo

1. Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.
2. Em uma tigela grande, misture o suco de laranja, as raspas de laranja, o leite vegetal, o óleo vegetal e o açúcar de coco (ou xilitol).
3. Em outra tigela, peneire e misture a farinha de arroz, o amido de milho, o fermento e o sal.
4. Adicione os ingredientes secos aos molhados e mexa até formar uma massa homogênea.
5. Despeje a massa na forma e leve ao forno por 30 a 40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.
6. Retire do forno e deixe esfriar completamente antes de cortar.
7. Escorra as castanhas de caju que ficaram de molho e bata no liquidificador com a água, o açúcar de coco (ou xilitol) e o extrato de baunilha, até formar um creme liso e cremoso.
8. Corte o bolo ao meio horizontalmente.
9. Recheie com o creme de castanha de caju.
10. Sirva em seguida.

Bolo de Fubá com Recheio de Goiabada Cremosa

Ingredientes: - 1 xícara de fubá

- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 3 ovos
- 1/2 xícara de açúcar de coco
- 1 xícara de leite vegetal
- 1 colher de sopa de fermento

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.

Massa: Em uma tigela grande, misture o fubá, a farinha de arroz, o açúcar de coco (ou xilitol), o fermento e o sal. Em outra tigela, misture o leite vegetal e o óleo vegetal. Adicione os ingredientes líquidos aos secos e misture até incorporar.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo. Deixe esfriar.

Recheio: Em uma panela, coloque a goiabada picada e a água. Leve ao fogo baixo, mexendo sempre, até a goiabada derreter e formar um creme homogêneo. Deixe esfriar.

Corte o bolo ao meio horizontalmente e recheie com a goiabada cremosa. Sirva.

Bolo de Coco com Recheio de Abacaxi

Ingredientes: - 1 xícara de farinha de arroz

- 1/2 xícara de coco ralado sem açúcar

- 3 ovos

- 1/2 xícara de açúcar de coco

- 1/2 xícara de leite de coco

- 1/4 xícara de óleo de coco

- 1 colher de sopa de fermento

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.

Massa: Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, o coco ralado, o açúcar de coco (ou xilitol), o fermento e o sal. Em outra tigela, misture o leite de coco e o óleo vegetal. Adicione os ingredientes líquidos aos secos e misture até incorporar.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo. Deixe esfriar.

Recheio: Em uma panela, coloque o abacaxi picado, o açúcar de coco (ou xilitol) e a água. Cozinhe em fogo baixo, mexendo ocasionalmente, até o abacaxi ficar macio e a calda encorpada. Deixe esfriar.

Corte o bolo ao meio horizontalmente e recheie com o creme de abacaxi. Sirva.

Bolo de Banana com Recheio de Pasta de Amendoim

Ingredientes:

2 bananas maduras

- 2 ovos

- 1/2 xícara de farinha de aveia

- 1/4 xícara de açúcar de coco

- 1/4 xícara de óleo de coco

- 1 colher de chá de canela

- 1 colher de sopa de fermento

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.

Massa: Em uma tigela grande, misture as bananas amassadas, o leite vegetal, o óleo vegetal e o açúcar de coco (ou xilitol). Em outra tigela, combine a farinha de arroz, o amido de milho, o fermento e o sal. Adicione os ingredientes secos aos molhados e misture até incorporar.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo. Deixe esfriar.

Recheio: Misture a pasta de amendoim com o leite vegetal até obter uma consistência cremosa. Se desejar, adicione o açúcar de coco (ou xilitol).

Corte o bolo ao meio horizontalmente e recheie com a pasta de amendoim. Sirva.

Bolo de Milho com Recheio de Coco Cremoso

Ingredientes:

- 1 xícara de milho verde cozido
- 1/2 xícara de fubá
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 3 ovos
- 1/2 xícara de leite de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.

Massa: No liquidificador, bata o milho verde, o leite de coco, o óleo vegetal e o açúcar de coco (ou xilitol) até obter uma mistura homogênea. Em uma tigela, combine o fubá, a farinha de arroz, o fermento e o sal. Adicione a mistura líquida aos ingredientes secos e misture até incorporar.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 35-45 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo. Deixe esfriar.

Recheio: Em uma panela, misture o leite de coco, o amido de milho e o açúcar de coco (ou xilitol). Leve ao fogo baixo, mexendo sempre, até engrossar. Adicione o coco ralado e misture bem. Deixe esfriar.

Corte o bolo ao meio horizontalmente e recheie com o creme de coco. Sirva.

Bolo de Batata Doce com Recheio de Amendoim

Ingredientes:

- 1 xícara de batata doce cozida e amassada
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de aveia
- 1/2 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo vegetal
- 1 colher de chá de canela
- 1 colher de sopa de fermento

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.

Massa: Em uma tigela grande, misture a batata doce amassada, o leite vegetal, o óleo vegetal e o açúcar de coco (ou xilitol). Em outra tigela, combine a farinha de arroz, o amido de milho, o fermento e o sal. Adicione os ingredientes secos aos molhados e misture até incorporar.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 35-45 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo. Deixe esfriar.

Recheio: Triture o amendoim torrado até virar uma farofa. Misture com o leite vegetal e o açúcar de coco (se usar) até obter uma pasta.

Corte o bolo ao meio horizontalmente e recheie com o creme de amendoim. Sirva.

Bolo de Abóbora com Recheio de Coco

Ingredientes: - 1 xícara de purê de abóbora

- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/4 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de leite vegetal
- 1 colher de sopa de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.

Massa: Em uma tigela grande, misture a abóbora amassada, o leite vegetal, o óleo vegetal e o açúcar de coco (ou xilitol). Em outra tigela, combine a farinha de arroz, o amido de milho, o fermento e o sal. Adicione os ingredientes secos aos molhados e misture até incorporar.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 35-45 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo. Deixe esfriar.

Recheio: Em uma panela, misture o coco ralado, o leite de coco e o açúcar de coco (ou xilitol). Cozinhe em fogo baixo, mexendo sempre, até engrossar e o coco absorver o líquido. Deixe esfriar.

Corte o bolo ao meio horizontalmente e recheie com o creme de coco. Sirva.

Bolo de Chocolate com Recheio de Amendoim

Ingredientes: - 1 xícara de farinha de arroz

- 1/2 xícara de cacau em pó
- 3 ovos
- 1/2 xícara de açúcar de coco
- 1/2 xícara de leite vegetal
- 1 colher de sopa de fermento

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.

Massa: Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, o cacau em pó, o açúcar de coco (ou xilitol), o fermento, o bicarbonato e o sal. Em outra tigela, misture o leite vegetal, o óleo vegetal e o extrato de baunilha. Adicione os ingredientes líquidos aos secos e misture até incorporar.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 25-30 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo. Deixe esfriar.

Recheio: Misture a pasta de amendoim com o leite vegetal até obter uma consistência cremosa. Se desejar, adicione o açúcar de coco (ou xilitol).

Corte o bolo ao meio horizontalmente e recheie com a pasta de amendoim. Sirva.

Bolo de Banana com Recheio de Doce de Leite Vegano

Ingredientes:

2 bananas maduras

- 2 ovos

- 1/2 xícara de farinha de aveia

- 1/2 xícara de açúcar de coco

- 1/4 xícara de óleo de coco

- 1 colher de sopa de fermento

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.

Massa: Em uma tigela grande, misture as bananas amassadas, o leite vegetal, o óleo vegetal e o açúcar de coco (ou xilitol). Em outra tigela, combine a farinha de arroz, o amido de milho, o fermento e o sal. Adicione os ingredientes secos aos molhados e misture até incorporar.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo. Deixe esfriar.

Recheio: Bata as tâmaras, o leite de coco e o extrato de baunilha no liquidificador até obter um creme homogêneo e espesso, semelhante a doce de leite.

Corte o bolo ao meio horizontalmente e recheie com o doce de leite vegano. Sirva.

Bolo de Laranja com Recheio de Coco Cremoso

Ingredientes:

- 1 xícara de suco de laranja
- 3 ovos
- 1/2 xícara de açúcar de coco
- 1 xícara de farinha de arroz
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.

Massa: Em uma tigela grande, misture o suco de laranja, as raspas de laranja, o leite vegetal, o óleo vegetal e o açúcar de coco (ou xilitol). Em outra tigela, combine a farinha de arroz, o amido de milho, o fermento e o sal. Adicione os ingredientes secos aos molhados e misture até incorporar.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo. Deixe esfriar.

Recheio: Em uma panela, misture o leite de coco, o amido de milho e o açúcar de coco (ou xilitol). Leve ao fogo baixo, mexendo sempre, até engrossar. Adicione o coco ralado e misture bem. Deixe esfriar.

Corte o bolo ao meio horizontalmente e recheie com o creme de coco. Sirva.

Bolo de Fubá com Recheio de Doce de Abóbora

Ingredientes:

- 1 xícara (chá) de fubá
- 1 xícara (chá) de farinha de arroz
- 1 xícara (chá) de açúcar de coco ou xilitol
- 1 xícara (chá) de leite vegetal (amêndoas, aveia ou outro)
- ½ xícara (chá) de óleo vegetal
- 1 colher (sopa) de fermento em pó
- 1 pitada de sal
- 2 xícaras (chá) de abóbora cozida e amassada
- ½ xícara (chá) de açúcar de coco ou xilitol
- 1 colher (chá) de canela em pó

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.

Massa: Em uma tigela grande, misture o fubá, a farinha de arroz, o açúcar de coco (ou xilitol), o fermento e o sal. Em outra tigela, misture o leite vegetal e o óleo vegetal. Adicione os ingredientes líquidos aos secos e misture até incorporar.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo. Deixe esfriar.

Recheio: Em uma panela, misture a abóbora amassada, o açúcar de coco (ou xilitol) e a canela. Cozinhe em fogo baixo, mexendo sempre, até obter um doce cremoso. Deixe esfriar.

Corte o bolo ao meio horizontalmente e recheie com o doce de abóbora. Sirva.

Bolo de Coco com Recheio de Doce de Leite Vegano

- 1 xícara (chá) de farinha de arroz
 - ½ xícara (chá) de coco ralado
 - 1 xícara (chá) de açúcar de coco ou xilitol
 - 1 xícara (chá) de leite de coco
 - ½ xícara (chá) de óleo vegetal
 - 1 colher (sopa) de fermento em pó
 - 1 pitada de sal
-
- 1 xícara (chá) de tâmaras sem caroço
 - ½ xícara (chá) de leite de coco
 - 1 colher (chá) de extrato de baunilha

Modo de Preparo

1. Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.
2. Em uma tigela, misture a farinha de arroz, o coco ralado, o açúcar de coco (ou xilitol), o fermento e o sal.
3. Em outra tigela, misture o leite de coco e o óleo vegetal.
4. Adicione os ingredientes líquidos aos secos, mexendo até incorporar bem.
5. Despeje a massa na forma e leve ao forno por 30 a 40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.
6. Deixe esfriar.
7. Bata as tâmaras, o leite de coco e o extrato de baunilha no liquidificador até obter um creme homogêneo e espesso, semelhante a doce de leite.
8. Corte o bolo ao meio horizontalmente e recheie com o creme.
9. Sirva.

Bolo de Chocolate com Recheio de Coco Cremoso

Ingredientes

- 1 xícara (chá) de farinha de arroz
- ½ xícara (chá) de amido de milho
- 1 xícara (chá) de cacau em pó (100%)
- 1 xícara (chá) de açúcar de coco ou xilitol
- 1 xícara (chá) de leite vegetal
- ½ xícara (chá) de óleo vegetal
- 1 colher (sopa) de fermento em pó
- 1 pitada de sal
- 1 xícara (chá) de coco ralado
- ½ xícara (chá) de leite de coco
- 3 colheres (sopa) de açúcar de coco ou xilitol
- 1 colher (sopa) de amido de milho (opcional, para engrossar)

Modo de Preparo

1. Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.
2. Em uma tigela, misture a farinha de arroz, o amido de milho, o cacau em pó, o açúcar de coco, o leite vegetal, o óleo vegetal, o sal e o fermento, mexendo até formar uma massa homogênea.
3. Despeje a massa na forma e leve ao forno por 30 a 40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo. Deixe esfriar.
4. Em uma panela, cozinhe o coco ralado, o leite de coco e o açúcar de coco, mexendo sempre até engrossar (se desejar, adicione o amido de milho dissolvido em um pouco de leite de coco para dar mais cremosidade).
5. Corte o bolo ao meio horizontalmente e recheie com o creme de coco. Sirva.

Bolo de Cenoura com Recheio de Chocolate

Ingredientes

- 2 cenouras médias raladas
- 1 xícara (chá) de leite vegetal
- ½ xícara (chá) de óleo vegetal
- 1 xícara (chá) de açúcar de coco ou xilitol
- 1 xícara (chá) de farinha de arroz
- ½ xícara (chá) de amido de milho
- 1 colher (sopa) de fermento em pó
- 1 pitada de sal
- ½ xícara (chá) de cacau em pó
- ½ xícara (chá) de açúcar de coco ou xilitol (para o recheio)
- ½ xícara (chá) de leite vegetal (para o recheio)
- 1 colher (sopa) de óleo de coco (opcional, para dar brilho)

Modo de Preparo

1. Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.
2. Em uma tigela, misture as cenouras raladas, o leite vegetal, o óleo vegetal e o açúcar de coco.
3. Em outra tigela, combine a farinha de arroz, o amido de milho, o fermento e o sal.
4. Misture os ingredientes secos aos molhados até formar uma massa homogênea.
5. Despeje a massa na forma e leve ao forno por 30 a 40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.
6. Para o recheio, leve ao fogo baixo o cacau em pó, o açúcar de coco e o leite vegetal, mexendo sempre até engrossar.
7. Se quiser mais brilho, adicione o óleo de coco e misture. Deixe esfriar.
8. Corte o bolo ao meio e recheie com o creme de chocolate. Sirva.

Bolo de Laranja com Recheio de Geleia de Frutas Vermelhas

Ingredientes

- 1 xícara (chá) de suco de laranja natural
- 1 colher (sopa) de raspas de laranja
- 1 xícara (chá) de leite vegetal
- ½ xícara (chá) de óleo vegetal
- 1 xícara (chá) de açúcar de coco ou xilitol
- 1 e ½ xícaras (chá) de farinha de arroz
- ½ xícara (chá) de amido de milho
- 1 colher (sopa) de fermento em pó
- 1 pitada de sal
- 1 xícara (chá) de frutas vermelhas (morango, amora, framboesa)
- 3 colheres (sopa) de açúcar de coco ou xilitol
- ½ xícara (chá) de água

Modo de Preparo

1. Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.
2. Em uma tigela, misture o suco de laranja, as raspas, o leite vegetal, o óleo e o açúcar de coco.
3. Em outra tigela, misture a farinha de arroz, o amido de milho, o fermento e o sal.
4. Junte os secos aos molhados, misturando até obter uma massa homogênea.
5. Despeje a massa na forma e leve ao forno por 30 a 40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo. Deixe esfriar.
6. Para a geleia, coloque em uma panela as frutas vermelhas, o açúcar e a água.
7. Cozinhe em fogo baixo, mexendo de vez em quando, até que as frutas desmanchem e a mistura engrosse.
8. Corte o bolo ao meio, recheie com a geleia e sirva.

Bolo de Limão com Recheio de Coco Cremoso

Ingredientes

- 1 xícara (chá) de suco de limão natural
- 1 colher (sopa) de raspas de limão
- 1 xícara (chá) de leite vegetal
- ½ xícara (chá) de óleo vegetal
- 1 xícara (chá) de açúcar de coco ou xilitol
- 1 e ½ xícaras (chá) de farinha de arroz
- ½ xícara (chá) de amido de milho
- 1 colher (sopa) de fermento em pó
- 1 pitada de sal
- ½ xícara (chá) de leite de coco
- 1 colher (sopa) de amido de milho (para o recheio)
- 3 colheres (sopa) de açúcar de coco ou xilitol (para o recheio)
- ½ xícara (chá) de coco ralado

Modo de Preparo

1. Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.
2. Em uma tigela, misture o suco de limão, as raspas, o leite vegetal, o óleo e o açúcar de coco.
3. Em outra tigela, combine a farinha de arroz, o amido de milho, o fermento e o sal.
4. Junte os secos aos líquidos e mexa até formar uma massa homogênea.
5. Despeje a massa na forma e leve ao forno por 30 a 40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo. Deixe esfriar.
6. Em uma panela, misture o leite de coco, o amido de milho e o açúcar de coco, levando ao fogo baixo e mexendo até engrossar.
7. Acrescente o coco ralado, mexa bem e deixe esfriar.
8. Corte o bolo ao meio horizontalmente, recheie com o creme de coco e sirva.

Bolo de Banana com Recheio de Chocolate

Ingredientes

- 2 bananas maduras amassadas
- 1 xícara (chá) de leite vegetal
- ½ xícara (chá) de óleo vegetal
- 1 xícara (chá) de açúcar de coco ou xilitol
- 1 xícara (chá) de farinha de arroz
- ½ xícara (chá) de amido de milho
- 1 colher (sopa) de fermento em pó
- 1 pitada de sal
- ½ xícara (chá) de cacau em pó
- ½ xícara (chá) de açúcar de coco ou xilitol (para o recheio)
- ½ xícara (chá) de leite vegetal (para o recheio)
- 1 colher (sopa) de óleo de coco (opcional, para dar brilho)

Modo de Preparo

1. **Pré-**aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.
2. Em uma tigela, misture as bananas amassadas, o leite vegetal, o óleo e o açúcar de coco.
3. Em outra tigela, combine a farinha de arroz, o amido de milho, o fermento e o sal.
4. Misture os ingredientes secos aos molhados até formar uma massa homogênea.
5. Despeje a massa na forma e leve ao forno por 30 a 40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo. Deixe esfriar.
6. Para o recheio, leve ao fogo baixo o cacau em pó, o açúcar de coco e o leite vegetal, mexendo sempre até engrossar.
7. Se desejar, adicione o óleo de coco para dar brilho. Deixe esfriar.
8. Corte o bolo ao meio horizontalmente e recheie com o creme de chocolate. Sirva.

Bolo de Coco com Recheio de Maracujá

Ingredientes

- 1 xícara (chá) de farinha de arroz
- ½ xícara (chá) de coco ralado
- 1 xícara (chá) de açúcar de coco ou xilitol
- 1 xícara (chá) de leite de coco
- ½ xícara (chá) de óleo vegetal
- 1 colher (sopa) de fermento em pó
- 1 pitada de sal
- ½ xícara (chá) de polpa de maracujá
- 3 colheres (sopa) de açúcar de coco ou xilitol (para o recheio)
- 1 colher (sopa) de amido de milho (para o recheio)

Modo de Preparo

1. Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.
2. Em uma tigela, misture a farinha de arroz, o coco ralado, o açúcar de coco, o fermento e o sal.
3. Em outra tigela, misture o leite de coco e o óleo vegetal.
4. Junte os líquidos aos secos e mexa até formar uma massa homogênea.
5. Despeje a massa na forma e leve ao forno por 30 a 40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo. Deixe esfriar.
6. Para o recheio, em uma panela, misture a polpa de maracujá, o açúcar de coco e o amido de milho.
7. Cozinhe em fogo baixo, mexendo sempre, até engrossar. Deixe esfriar.
8. Corte o bolo ao meio horizontalmente e recheie com o creme de maracujá. Sirva.

Bolo de Fubá com Recheio de Coco Cremoso

Ingredientes

- 1 xícara (chá) de fubá
- 1 xícara (chá) de farinha de arroz
- 1 xícara (chá) de açúcar de coco ou xilitol
- 1 xícara (chá) de leite vegetal
- ½ xícara (chá) de óleo vegetal
- 1 colher (sopa) de fermento em pó
- 1 pitada de sal
- ½ xícara (chá) de leite de coco (para o recheio)
- 1 colher (sopa) de amido de milho (para o recheio)
- 3 colheres (sopa) de açúcar de coco ou xilitol (para o recheio)
- ½ xícara (chá) de coco ralado (para o recheio)

Modo de Preparo

1. Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.
2. Em uma tigela, misture o fubá, a farinha de arroz, o açúcar de coco, o fermento e o sal.
3. Em outra tigela, misture o leite vegetal e o óleo vegetal.
4. Junte os líquidos aos secos e mexa até formar uma massa homogênea.
5. Despeje a massa na forma e leve ao forno por 30 a 40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo. Deixe esfriar.
6. Para o recheio, em uma panela, misture o leite de coco, o amido de milho e o açúcar de coco.
7. Leve ao fogo baixo, mexendo sempre até engrossar, depois adicione o coco ralado e misture bem. Deixe esfriar.
8. Corte o bolo ao meio e recheie com o creme de coco. Sirva.

Bolo de Banana com Recheio de Doce de Amendoim

Ingredientes

- 2 bananas maduras amassadas
- 1 xícara (chá) de leite vegetal
- ½ xícara (chá) de óleo vegetal
- 1 xícara (chá) de açúcar de coco ou xilitol
- 1 xícara (chá) de farinha de arroz
- ½ xícara (chá) de amido de milho
- 1 colher (sopa) de fermento em pó
- 1 pitada de sal
- ½ xícara (chá) de pasta de amendoim natural
- 2 colheres (sopa) de leite vegetal (para o recheio)
- 1 colher (sopa) de açúcar de coco ou xilitol (opcional, para adoçar o recheio)

Modo de Preparo

1. Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.
2. Em uma tigela, misture as bananas amassadas, o leite vegetal, o óleo vegetal e o açúcar de coco.
3. Em outra tigela, misture a farinha de arroz, o amido de milho, o fermento e o sal.
4. Junte os ingredientes secos aos líquidos e mexa até formar uma massa homogênea.
5. Despeje a massa na forma e leve ao forno por 30 a 40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo. Deixe esfriar.
6. Para o recheio, misture a pasta de amendoim com o leite vegetal até formar um creme.
7. Se quiser mais doce, adicione o açúcar de coco ou xilitol.
8. Corte o bolo ao meio e recheie com a pasta de amendoim. Sirva.

Bolo de Cenoura com Recheio de Coco Cremoso

Ingredientes

- 2 cenouras médias raladas
- 1 xícara (chá) de leite vegetal
- ½ xícara (chá) de óleo vegetal
- 1 xícara (chá) de açúcar de coco ou xilitol
- 1 xícara (chá) de farinha de arroz
- ½ xícara (chá) de amido de milho
- 1 colher (sopa) de fermento em pó
- 1 pitada de sal
- ½ xícara (chá) de leite de coco (para o recheio)
- 1 colher (sopa) de amido de milho (para o recheio)
- 3 colheres (sopa) de açúcar de coco ou xilitol (para o recheio)
- ½ xícara (chá) de coco ralado

Modo de Preparo

1. Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.
2. Em uma tigela, misture as cenouras raladas, o leite vegetal, o óleo vegetal e o açúcar de coco.
3. Em outra tigela, combine a farinha de arroz, o amido de milho, o fermento e o sal.
4. Adicione os ingredientes secos aos molhados e misture até obter uma massa homogênea.
5. Despeje a massa na forma e leve ao forno por 30 a 40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo. Deixe esfriar.
6. Para o recheio, leve ao fogo baixo o leite de coco, o amido de milho e o açúcar de coco, mexendo sempre até engrossar.
7. Adicione o coco ralado, misture bem e deixe esfriar.
8. Corte o bolo ao meio e recheie com o creme de coco. Sirva.

Bolo de Laranja com Recheio de Chocolate

Ingredientes

- 1 xícara (chá) de suco de laranja natural
- 1 colher (sopa) de raspas de laranja
- 1 xícara (chá) de leite vegetal
- ½ xícara (chá) de óleo vegetal
- 1 xícara (chá) de açúcar de coco ou xilitol
- 1 e ½ xícaras (chá) de farinha de arroz
- ½ xícara (chá) de amido de milho
- 1 colher (sopa) de fermento em pó
- 1 pitada de sal
- ½ xícara (chá) de cacau em pó
- ½ xícara (chá) de açúcar de coco ou xilitol (para o recheio)
- ½ xícara (chá) de leite vegetal (para o recheio)
- 1 colher (sopa) de óleo de coco (opcional, para dar brilho)

Modo de Preparo

1. Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo.
2. Em uma tigela, misture o suco de laranja, as raspas de laranja, o leite vegetal, o óleo e o açúcar de coco.
3. Em outra tigela, misture a farinha de arroz, o amido de milho, o fermento e o sal.
4. Junte os ingredientes secos aos molhados e mexa até formar uma massa homogênea.
5. Despeje a massa na forma e leve ao forno por 30 a 40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo. Deixe esfriar.
6. Para o recheio, em uma panela, misture o cacau em pó, o açúcar de coco e o leite vegetal.
7. Leve ao fogo baixo, mexendo sempre até engrossar. Se desejar, adicione o óleo de coco para dar brilho.
8. Corte o bolo ao meio e recheie com o creme de chocolate. Sirva.

Bolo de Blueberry com Limão

Ingredientes:

- 1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz
- 1/2 xícara de fécula de batata
- 1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)
- 3 ovos grandes
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)
- Raspas de 1 limão
- Suco de 1/2 limão
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- Uma pitada de sal
- 1 xícara de blueberries frescos ou congelados

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal, as raspas e o suco de limão.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Incorpore os blueberries à massa.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo de Lavanda com Limão

Ingredientes: - 1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de fécula de batata

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

3 ovos grandes

1/2 xícara de óleo de coco

1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1 colher de chá de extrato de baunilha

1 colher de sopa de fermento em pó

Uma pitada de sal

1 colher de sopa de flores de lavanda culinária secas

Raspas de 1 limão

Suco de 1/2 limão

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal, o extrato de baunilha, as raspas e o suco de limão.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e as flores de lavanda, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo de Matcha com Chocolate Branco

Ingredientes:

- 1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de fécula de batata

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

3 ovos grandes

1/2 xícara de óleo de coco

1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1 colher de sopa de matcha em pó (chá verde)

1 colher de chá de extrato de baunilha

1 colher de sopa de fermento em pó

Uma pitada de sal

1/2 xícara de chocolate branco sem açúcar (à base de manteiga de cacau e adoçante), picado

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante, o matcha em pó e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Incorpore o chocolate branco picado à massa.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo de Baunilha com Frutas

Ingredientes:

- 1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz
- 1/2 xícara de fécula de batata
- 1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)
- 3 ovos grandes
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)
- 1 colher de chá de extrato de baunilha
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- Uma pitada de sal
- 1 xícara de frutas variadas picadas (morangos, mirtilos, pêssegos, etc.)

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Incorpore as frutas picadas à massa.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo de Rosas (estética)

Ingredientes:

- Para o Bolo de Baunilha:

1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de fécula de batata

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

3 ovos grandes

1/2 xícara de óleo de coco

1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1 colher de chá de extrato de baunilha

1 colher de sopa de fermento em pó

Uma pitada de sal

Para a Cobertura (Chantilly de Coco):

1 xícara de creme de coco gelado (parte sólida do leite de coco)

2 colheres de sopa de adoçante culinário em pó

1 colher de chá de extrato de baunilha

Corante alimentício natural rosa (suco de beterraba ou pó de framboesa)

Modo de Preparo:

Prepare o Bolo: Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Prepare o Chantilly de Coco: Bata o creme de coco gelado com o adoçante em pó e o extrato de baunilha até obter uma consistência de chantilly. Adicione o corante natural rosa até atingir a cor desejada. Cubra o bolo frio com o chantilly de coco e decore usando um bico de confeitar para criar o efeito de rosas.

Bolo Arco-Íris

Ingredientes:

- Para o Bolo de Baunilha (dividir em 6 porções):

2 xícaras de farinha de arroz

1 xícara de fécula de batata

1 e 1/2 xícaras de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

6 ovos grandes

1 xícara de óleo de coco

1 e 1/2 xícaras de leite vegetal (amêndoa ou coco)

2 colheres de chá de extrato de baunilha

2 colheres de sopa de fermento em pó

Uma pitada de sal

Corantes alimentícios naturais (beterraba para vermelho, espinafre para verde, cúrcuma para amarelo, repolho roxo para azul/roxo, etc.)

Para a Cobertura (Chantilly de Coco):

2 xícaras de creme de coco gelado (parte sólida do leite de coco)

1/2 xícara de adoçante culinário em pó

2 colheres de chá de extrato de baunilha

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte seis formas pequenas de bolo (ou use uma forma maior e asse em levas) com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Divida a massa em seis tigelas separadas. Adicione um corante natural diferente a cada tigela e misture bem para obter as cores do arco-íris.

Despeje cada porção de massa colorida em uma forma preparada e leve ao forno por 15-20 minutos cada (ou até que um palito inserido no centro saia limpo).

Deixe os bolos esfriarem completamente.

Prepare o Chantilly de Coco: Bata o creme de coco gelado com o adoçante em pó e o extrato de baunilha até obter uma consistência de chantilly.

Monte o bolo alternando as camadas coloridas e espalhando uma fina camada de chantilly entre elas. Cubra todo o bolo com o restante do chantilly.

Bolo Galaxy

Ingredientes:

- Para o Bolo de Chocolate:

1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de cacau em pó sem açúcar

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

1 colher de chá de bicarbonato de sódio

1/2 colher de chá de sal

2 ovos grandes

1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1/2 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola)

1 colher de chá de extrato de baunilha

Para a Cobertura (Glacê de Coco e Corantes Naturais):

1 xícara de creme de coco gelado (parte sólida do leite de coco)

1/2 xícara de adoçante culinário em pó

1 colher de chá de extrato de baunilha

Corantes alimentícios naturais (espirulina azul, carvão ativado para preto, pó de beterraba para roxo, cúrcuma para amarelo)

Glitter comestível (opcional)

Modo de Preparo:

Prepare o Bolo: Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo e cacau em pó.

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, o cacau em pó, o adoçante, o bicarbonato de sódio e o sal. Misture bem.

Em outra tigela, misture os ovos, o leite vegetal, o óleo vegetal e o extrato de baunilha. Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture delicadamente até a massa ficar homogênea. Não misture em excesso.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 25-30 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente. Prepare o Glacê de Coco: Bata o creme de coco gelado com o adoçante em pó e o extrato de baunilha até obter uma consistência de glacê. Divida o glacê em pequenas porções e adicione os corantes naturais para criar as cores desejadas (azul, preto, roxo, amarelo). Cubra o bolo com o glacê, aplicando as cores de forma aleatória e misturando levemente com uma espátula para criar o efeito de galáxia. Se desejar, adicione glitter comestível para um brilho extra.

Bolo Espelhado

Ingredientes: - Para o Bolo de Baunilha:

1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de fécula de batata

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

3 ovos grandes

1/2 xícara de óleo de coco

1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1 colher de chá de extrato de baunilha

1 colher de sopa de fermento em pó

Uma pitada de sal

Para a Cobertura Espelhada (Glacê de Coco e Gelatina):

1/2 xícara de água

1/4 xícara de adoçante culinário em pó

2 colheres de sopa de gelatina incolor sem sabor (hidratada em 1/4 xícara de água fria)

1/2 xícara de creme de coco (parte sólida do leite de coco)

Corantes alimentícios naturais (opcional)

Modo de Preparo:

Prepare o Bolo: Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar completamente e leve à geladeira por pelo menos 1 hora para firmar.

Prepare a Cobertura Espelhada: Em uma panela, misture a água e o adoçante em pó. Leve ao fogo baixo até o adoçante dissolver. Retire do fogo. Adicione a gelatina hidratada e mexa até dissolver completamente. Adicione o creme de coco e misture bem. Se desejar, adicione corantes naturais. Deixe a mistura esfriar até atingir a temperatura ambiente, mas ainda líquida. Despeje cuidadosamente sobre o bolo gelado, garantindo que cubra toda a superfície. Leve à geladeira novamente por pelo menos 2 horas para firmar.

Bolo Bento Cake

Ingredientes: - Para o Bolo de Baunilha (pequeno):

1/2 xícara de farinha de arroz

1/4 xícara de fécula de batata

1/4 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

1 ovo grande

2 colheres de sopa de óleo de coco

1/4 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1/2 colher de chá de extrato de baunilha

1 colher de chá de fermento em pó

Uma pitada de sal

Para a Cobertura (Chantilly de Coco):

1/2 xícara de creme de coco gelado (parte sólida do leite de coco)

1 colher de sopa de adoçante culinário em pó

1/2 colher de chá de extrato de baunilha

Corantes alimentícios naturais (opcional)

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma pequena de bolo (aproximadamente 10-12 cm de diâmetro) com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata o ovo, o óleo de coco, o leite vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 20-25 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar completamente.

Prepare o Chantilly de Coco: Bata o creme de coco gelado com o adoçante em pó e o extrato de baunilha até obter uma consistência de chantilly. Se desejar, adicione corantes naturais.

Cubra o bolo com o chantilly de coco e decore a gosto, geralmente com mensagens curtas ou desenhos simples.

Bolo de Chocolate Meio Amargo

Ingredientes:

- 1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz
- 1/2 xícara de cacau em pó sem açúcar
- 1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)
- 1 colher de chá de bicarbonato de sódio
- 1/2 colher de chá de sal
- 2 ovos grandes
- 1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)
- 1/2 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola)
- 1 colher de chá de extrato de baunilha
- 1/2 xícara de chocolate amargo sem açúcar (70% cacau ou mais), picado

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo e cacau em pó.

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, o cacau em pó, o adoçante, o bicarbonato de sódio e o sal. Misture bem.

Em outra tigela, misture os ovos, o leite vegetal, o óleo vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture delicadamente até a massa ficar homogênea. Não misture em excesso.

Incorpore o chocolate amargo picado à massa.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 25-30 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo Redondo com Pote no Meio

Ingredientes: - Para o Bolo de Baunilha:

1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz
1/2 xícara de fécula de batata
1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)
3 ovos grandes
1/2 xícara de óleo de coco
1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)
1 colher de chá de extrato de baunilha
1 colher de sopa de fermento em pó
Uma pitada de sal

Para o Recheio (Sugestão: Ganache de Chocolate Vegano):

1/2 xícara de chocolate amargo sem açúcar (70% cacau ou mais), picado
1/4 xícara de creme de coco (parte sólida do leite de coco)

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma redonda com furo central (ou uma forma redonda normal com um pote pequeno de vidro no centro, untado) com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada, ao redor do pote central. Leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no bolo saia limpo.

Deixe o bolo esfriar completamente na forma. Remova o pote com cuidado.

Prepare a Ganache: Em banho-maria ou no micro-ondas, derreta o chocolate amargo com o creme de coco, mexendo até obter uma mistura lisa e homogênea. Deixe esfriar um pouco.

Preencha o buraco central do bolo com a ganache. Se desejar, cubra o bolo com uma fina camada de ganache também.

Bolo Explosão

Ingredientes:

- Para o Bolo de Chocolate:

1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de cacau em pó sem açúcar

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

1 colher de chá de bicarbonato de sódio

1/2 colher de chá de sal

2 ovos grandes

1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1/2 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola)

1 colher de chá de extrato de baunilha

Para o Recheio (Confeitos e Frutas):

Confeitos coloridos sem açúcar

Pequenos pedaços de frutas (morangos, mirtilos)

Para a Cobertura (Ganache de Chocolate Vegano):

1 xícara de chocolate amargo sem açúcar (70% cacau ou mais), picado

1/2 xícara de creme de coco (parte sólida do leite de coco)

Modo de Preparo:

Prepare o Bolo: Pré-aqueça o forno a 180°C e unte duas formas redondas de bolo com óleo e cacau em pó.

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, o cacau em pó, o adoçante, o bicarbonato de sódio e o sal. Misture bem.

Em outra tigela, misture os ovos, o leite vegetal, o óleo vegetal e o extrato de baunilha. Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture delicadamente até a massa ficar homogênea. Não misture em excesso.

Divida a massa igualmente entre as duas formas e leve ao forno por 25-30 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe os bolos esfriarem completamente. Com uma faca, retire o centro de um dos bolos, deixando uma borda de cerca de 2 cm.

Monte o Bolo: Coloque o bolo inteiro em um prato de servir. Preencha o centro do bolo recortado com os confeitos e as frutas. Coloque o bolo recortado sobre o bolo inteiro.

Prepare a Ganache: Em banho-maria ou no micro-ondas, derreta o chocolate amargo com o creme de coco, mexendo até obter uma mistura lisa e homogênea. Deixe esfriar um pouco. Cubra todo o bolo com a ganache, escondendo a junção dos dois bolos. Leve à geladeira para firmar.

Bolo com Coração de Chocolate

Ingredientes: - Para o Bolo de Baunilha:

1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz
1/2 xícara de fécula de batata
1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)
3 ovos grandes
1/2 xícara de óleo de coco
1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)
1 colher de chá de extrato de baunilha
1 colher de sopa de fermento em pó
Uma pitada de sal

Para o Coração de Chocolate:

1/2 xícara de chocolate amargo sem açúcar (70% cacau ou mais), derretido
Forma de silicone em formato de coração

Modo de Preparo:

Prepare o Coração de Chocolate: Despeje o chocolate amargo derretido na forma de silicone de coração e leve à geladeira até endurecer completamente. Desenforme e reserve.

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo retangular com óleo de coco e farinha de arroz.

Prepare o Bolo: Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal e o extrato de baunilha. Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje metade da massa na forma preparada. Posicione o coração de chocolate no centro da massa. Cubra com o restante da massa.

Leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no bolo saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo de Casamento Falso (Cake Trend)

Ingredientes:

- Para o Bolo de Baunilha (base):

1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de fécula de batata

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

3 ovos grandes

1/2 xícara de óleo de coco

1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1 colher de chá de extrato de baunilha

1 colher de sopa de fermento em pó

Uma pitada de sal

Para a Cobertura (Chantilly de Coco para decoração):

1 xícara de creme de coco gelado (parte sólida do leite de coco)

2 colheres de sopa de adoçante culinário em pó

1 colher de chá de extrato de baunilha

Corantes alimentícios naturais (opcional)

Flores comestíveis ou decorações sem açúcar/glúten/lactose (opcional)

Modo de Preparo:

Prepare o Bolo: Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar completamente.

Prepare o Chantilly de Coco: Bata o creme de coco gelado com o adoçante em pó e o extrato de baunilha até obter uma consistência de chantilly. Se desejar, adicione corantes naturais. Cubra o bolo com o chantilly de coco e decore-o de forma elaborada, imitando um bolo de casamento. Este bolo é mais para a estética e apresentação, então a decoração é o foco principal. Use flores comestíveis ou outras decorações adequadas.

Bolo de Camadas Coloridas

Ingredientes:

- Para o Bolo de Baunilha (dividir em 3-4 porções):

1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de fécula de batata

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

3 ovos grandes

1/2 xícara de óleo de coco

1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1 colher de chá de extrato de baunilha

1 colher de sopa de fermento em pó

Uma pitada de sal

Corantes alimentícios naturais (espirulina azul, pó de beterraba, cúrcuma, etc.)

Para o Recheio e Cobertura (Chantilly de Coco):

1 xícara de creme de coco gelado (parte sólida do leite de coco)

2 colheres de sopa de adoçante culinário em pó

1 colher de chá de extrato de baunilha

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte 3-4 formas de bolo pequenas (ou asse em levas) com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Divida a massa em 3-4 tigelas separadas. Adicione um corante natural diferente a cada tigela e misture bem para obter as cores desejadas.

Despeje cada porção de massa colorida em uma forma preparada e leve ao forno por 15-20 minutos cada (ou até que um palito inserido no centro saia limpo). Deixe os bolos esfriarem completamente.

Prepare o Chantilly de Coco: Bata o creme de coco gelado com o adoçante em pó e o extrato de baunilha até obter uma consistência de chantilly.

Monte o bolo alternando as camadas coloridas e espalhando uma fina camada de chantilly entre elas. Cubra todo o bolo com o restante do chantilly.

Bolo de Arroz

Ingredientes:

- 1 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de fécula de batata
- 1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)
- 3 ovos grandes
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)
- 1 colher de chá de extrato de baunilha
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo de Arroz com Coco

Ingredientes:

- 1 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de fécula de batata
- 1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)
- 3 ovos grandes
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de leite de coco
- 1 colher de chá de extrato de baunilha
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- Uma pitada de sal
- 1/2 xícara de coco ralado sem açúcar

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite de coco e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e o coco ralado, misturando delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo de Tapioca de Geladeira

Ingredientes: - 1 xícara de tapioca granulada (não a goma)

1 xícara de leite de coco quente

1/2 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

1/2 xícara de coco ralado sem açúcar

1/2 xícara de leite de coco gelado

1/4 xícara de creme de coco (parte sólida do leite de coco)

Modo de Preparo:

Em uma tigela, coloque a tapioca granulada e despeje o leite de coco quente por cima. Deixe hidratar por cerca de 30 minutos, mexendo ocasionalmente, até absorver o líquido e a tapioca ficar macia.

Adicione o adoçante e o coco ralado à tapioca hidratada. Misture bem.

Em outra tigela, bata o leite de coco gelado com o creme de coco até obter uma mistura homogênea.

Incorpore delicadamente a mistura de leite de coco à tapioca. Despeje a mistura em uma forma de bolo (sem necessidade de untar) e leve à geladeira por pelo menos 4 horas, ou preferencialmente de um dia para o outro, para firmar.

Desenforme e sirva gelado.

Bolo Japonês Fofo

Ingredientes: - 4 ovos grandes (claras e gemas separadas)

1/4 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

1/4 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1/4 xícara de óleo de coco

1/2 xícara de farinha de arroz

1/4 xícara de fécula de batata

1 colher de chá de extrato de baunilha

Uma pitada de sal

1 colher de chá de cremor tártaro (opcional, ajuda a estabilizar as claras)

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 150°C. Prepare uma forma de bolo redonda (aproximadamente 20cm) forrando o fundo com papel manteiga e untando as laterais. Coloque a forma dentro de uma assadeira maior e reserve.

Em uma tigela grande, misture as gemas, o adoçante, o leite vegetal, o óleo de coco e o extrato de baunilha. Misture bem.

Peneire a farinha de arroz e a fécula de batata sobre a mistura de gemas e misture delicadamente até incorporar. Não misture em excesso.

Em outra tigela limpa e seca, bata as claras em neve com o sal e o cremor tártaro (se usar) até formar picos firmes.

Incorpore delicadamente um terço das claras em neve à massa de gemas para clarear.

Em seguida, adicione o restante das claras em neve, misturando com movimentos suaves de baixo para cima para não perder o volume.

Despeje a massa na forma preparada. Coloque água quente na assadeira maior, formando um banho-maria (a água deve atingir cerca de 2-3 cm de altura na lateral da forma do bolo).

Leve ao forno por 50-60 minutos, ou até que o bolo esteja dourado e firme ao toque. O tempo pode variar.

Desligue o forno e deixe o bolo dentro com a porta entreaberta por 10-15 minutos para evitar que murche.

Retire do forno, deixe esfriar um pouco na forma e desenforme com cuidado. Sirva morno ou frio.

Bolo de Manga

Ingredientes:

- 1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz
- 1/2 xícara de fécula de batata
- 1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)
- 3 ovos grandes
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de purê de manga (manga madura batida sem água)
- 1 colher de chá de extrato de baunilha
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o purê de manga e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo de Mirtilo

Ingredientes:

- 1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz
- 1/2 xícara de fécula de batata
- 1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)
- 3 ovos grandes
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)
- 1 colher de chá de extrato de baunilha
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- Uma pitada de sal
- 1 xícara de mirtilos frescos ou congelados

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Incorpore os mirtilos à massa.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo de Damasco

Ingredientes:

- 1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz
- 1/2 xícara de fécula de batata
- 1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)
- 3 ovos grandes
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)
- 1 colher de chá de extrato de baunilha
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- Uma pitada de sal
- 1 xícara de damascos secos picados

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Incorpore os damascos picados à massa.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo de Ricota

Ingredientes:

- 1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de fécula de batata

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

3 ovos grandes

1/2 xícara de óleo de coco

1 xícara de ricota vegana (feita de amêndoas ou tofu, sem açúcar)

1 colher de chá de extrato de baunilha

1 colher de sopa de fermento em pó

Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, a ricota vegana e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 35-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo de Queijo

Ingredientes:

- 1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de fécula de batata

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

3 ovos grandes

1/2 xícara de óleo de coco

1 xícara de queijo vegano ralado (à base de castanhas, sem açúcar)

1 colher de chá de extrato de baunilha

1 colher de sopa de fermento em pó

Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o queijo vegano ralado e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 35-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo de Requeijão

Ingredientes:

- 1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de fécula de batata

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

3 ovos grandes

1/2 xícara de óleo de coco

1 xícara de requeijão vegano (à base de castanhas, sem açúcar)

1 colher de chá de extrato de baunilha

1 colher de sopa de fermento em pó

Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o requeijão vegano e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 35-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo de Cacau 100%

Ingredientes:

- 1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz
- 1 xícara de cacau em pó 100% sem açúcar
- 1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)
- 1 colher de chá de bicarbonato de sódio
- 1/2 colher de chá de sal
- 2 ovos grandes
- 1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)
- 1/2 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola)
- 1 colher de chá de extrato de baunilha
- 1 xícara de água quente

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo e cacau em pó.

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, o cacau em pó, o adoçante, o bicarbonato de sódio e o sal. Misture bem.

Em outra tigela, misture os ovos, o leite vegetal, o óleo vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture delicadamente até a massa ficar homogênea. Não misture em excesso.

Adicione a água quente e misture rapidamente até incorporar. A massa ficará líquida.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 25-30 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo Vulcão

Ingredientes:

- Para o Bolo de Chocolate:

1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de cacau em pó sem açúcar

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

1 colher de chá de bicarbonato de sódio

1/2 colher de chá de sal

2 ovos grandes

1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1/2 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola)

1 colher de chá de extrato de baunilha

Para a Calda Vulcão (Ganache de Chocolate Vegano):

1 xícara de chocolate amargo sem açúcar (70% cacau ou mais), picado

1/2 xícara de creme de coco (parte sólida do leite de coco)

Modo de Preparo:

Prepare o Bolo: Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com furo central com óleo e cacau em pó.

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, o cacau em pó, o adoçante, o bicarbonato de sódio e o sal. Misture bem.

Em outra tigela, misture os ovos, o leite vegetal, o óleo vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture delicadamente até a massa ficar homogênea. Não misture em excesso.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 25-30 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar completamente na forma.

Prepare a Calda Vulcão: Em banho-maria ou no micro-ondas, derreta o chocolate amargo com o creme de coco, mexendo até obter uma mistura lisa e homogênea.

Deixe esfriar um pouco.

Desenforme o bolo e despeje a ganache no centro do bolo, deixando-a escorrer pelas laterais como um vulcão.

Bolo de Iogurte Grego com Limão

Ingredientes:

- 1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de fécula de batata

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

3 ovos grandes

1/2 xícara de óleo de coco

1 pote (170g) de iogurte grego vegano (coco ou amêndoa, sem açúcar)

Raspas de 1 limão

Suco de 1/2 limão

1 colher de sopa de fermento em pó

Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o iogurte grego vegano, as raspas e o suco de limão.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo de Chocolate com Amendoim

Ingredientes:

- Para o Bolo de Chocolate:

1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de cacau em pó sem açúcar

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

1 colher de chá de bicarbonato de sódio

1/2 colher de chá de sal

2 ovos grandes

1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1/2 xícara de óleo vegetal (girassol ou canola)

1 colher de chá de extrato de baunilha

Para o Recheio e Cobertura (Creme de Amendoim):

1 xícara de pasta de amendoim integral sem açúcar

1/4 xícara de adoçante culinário em pó

1/4 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

Amendoim torrado picado para decorar

Modo de Preparo:

Prepare o Bolo: Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo e cacau em pó.

Em uma tigela grande, peneire a farinha de arroz, o cacau em pó, o adoçante, o bicarbonato de sódio e o sal. Misture bem.

Em outra tigela, misture os ovos, o leite vegetal, o óleo vegetal e o extrato de baunilha. Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture delicadamente até a massa ficar homogênea. Não misture em excesso.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 25-30 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente. Corte o bolo ao meio horizontalmente.

Prepare o Creme de Amendoim: Em uma tigela, misture a pasta de amendoim, o adoçante em pó e o leite vegetal até obter um creme homogêneo e cremoso.

Espalhe metade do creme de amendoim sobre a primeira camada do bolo. Cubra com a segunda camada de bolo.

Cubra todo o bolo com o restante do creme e decore com amendoim torrado picado.

Bolo de Doce de Leite

Ingredientes:

- Para o Bolo de Baunilha:

1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de fécula de batata

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

3 ovos grandes

1/2 xícara de óleo de coco

1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1 colher de chá de extrato de baunilha

1 colher de sopa de fermento em pó

Uma pitada de sal

Para o Doce de Leite Vegano:

1 lata de leite de coco integral (refrigerado por 24h)

1/4 xícara de adoçante culinário em pó

1 colher de chá de extrato de baunilha

Modo de Preparo:

Prepare o Bolo: Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente. Corte o bolo ao meio horizontalmente.

Prepare o Doce de Leite Vegano: Retire a parte sólida do leite de coco refrigerado e bata no liquidificador com o adoçante em pó e o extrato de baunilha até obter uma consistência cremosa. Se necessário, adicione um pouco da água do coco para ajustar a consistência. Espalhe metade do doce de leite vegano sobre a primeira camada do bolo. Cubra com a segunda camada de bolo. Cubra todo o bolo com o restante do doce de leite vegano.

Bolo de Iogurte com Laranja

Ingredientes:

- 1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de fécula de batata

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

3 ovos grandes

1/2 xícara de óleo de coco

1 pote (170g) de iogurte natural vegano (coco ou amêndoa, sem açúcar)

Raspas de 1 laranja

Suco de 1/2 laranja

1 colher de sopa de fermento em pó

Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o iogurte vegano, as raspas e o suco de laranja.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo de Frutas Cristalizadas

Ingredientes:

- 1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de fécula de batata

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

3 ovos grandes

1/2 xícara de óleo de coco

1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1 colher de chá de extrato de baunilha

1 colher de sopa de fermento em pó

Uma pitada de sal

1 xícara de frutas cristalizadas sem açúcar (verifique os ingredientes para garantir que sejam sem glúten e sem lactose)

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Incorpore as frutas cristalizadas à massa.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 35-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo de Natal

Ingredientes:

- 1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz
- 1/2 xícara de fécula de batata
- 1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)
- 3 ovos grandes
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)
- 1 colher de chá de extrato de baunilha
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- Uma pitada de sal
- 1 colher de chá de canela em pó
- 1/2 colher de chá de noz-moscada ralada
- 1/4 colher de chá de cravo em pó
- 1/2 xícara de frutas secas picadas (passas, tâmaras, figos
- sem açúcar)
- 1/4 xícara de nozes picadas

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante, as especiarias (canela, noz-moscada, cravo) e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Incorpore as frutas secas e as nozes picadas à massa.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 35-40 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo de Ano Novo (Champagne Cake)

Ingredientes:

- 1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz
- 1/2 xícara de fécula de batata
- 1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)
- 3 ovos grandes
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de espumante sem álcool (ou água com gás)
- 1 colher de chá de extrato de baunilha
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o espumante sem álcool e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo de Canela

Ingredientes:

- 1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz
- 1/2 xícara de fécula de batata
- 1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)
- 3 ovos grandes
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)
- 1 colher de chá de extrato de baunilha
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- Uma pitada de sal
- 2 colheres de chá de canela em pó

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante, a canela em pó e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo de Mel

Ingredientes: - 1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de fécula de batata

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

3 ovos grandes

1/2 xícara de óleo de coco

1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1 colher de chá de extrato de baunilha

1 colher de sopa de fermento em pó

Uma pitada de sal

2 colheres de sopa de mel (ou adoçante líquido à base de agave/maple syrup para versão vegana/sem açúcar)

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal, o extrato de baunilha e o mel (ou adoçante líquido).

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo de Açafrão

Ingredientes:

- 1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz
- 1/2 xícara de fécula de batata
- 1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)
- 3 ovos grandes
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)
- 1 colher de chá de extrato de baunilha
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- Uma pitada de sal
- 1 colher de chá de açafrão em pó

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante, o açafrão em pó e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo de Hibisco

Ingredientes:

- 1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de fécula de batata

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

3 ovos grandes

1/2 xícara de óleo de coco

1 xícara de chá de hibisco concentrado e frio (feito com flores de hibisco secas)

1 colher de chá de extrato de baunilha

1 colher de sopa de fermento em pó

Uma pitada de sal

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o chá de hibisco e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo de Erva-Doce

Ingredientes:

- 1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de fécula de batata

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

3 ovos grandes

1/2 xícara de óleo de coco

1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1 colher de chá de extrato de baunilha

1 colher de sopa de fermento em pó

Uma pitada de sal

1 colher de sopa de sementes de erva-doce (ou 1 colher de chá de extrato de erva-doce)

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante, as sementes de erva-doce (ou extrato) e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo de Creme Brûlée

Ingredientes:

- Para o Bolo de Baunilha:

1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de fécula de batata

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

3 ovos grandes

1/2 xícara de óleo de coco

1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1 colher de chá de extrato de baunilha

1 colher de sopa de fermento em pó

Uma pitada de sal

Para a Cobertura (Creme de Baunilha e Adoçante para Maçaricar):

1 xícara de creme de coco (parte sólida do leite de coco)

1/4 xícara de adoçante culinário em pó

1 colher de chá de extrato de baunilha

Adoçante culinário granulado para maçaricar

Modo de Preparo:

Prepare o Bolo: Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar completamente.

Prepare o Creme de Baunilha: Em uma tigela, misture o creme de coco, o adoçante em pó e o extrato de baunilha até obter um creme homogêneo. Espalhe o creme sobre o bolo frio. Polvilhe uma camada fina de adoçante culinário granulado sobre o creme. Com um maçarico culinário, queime o adoçante até formar uma crosta caramelizada. Sirva imediatamente.

Bolo de Morango Liofilizado

Ingredientes:

- 1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz
- 1/2 xícara de fécula de batata
- 1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)
- 3 ovos grandes
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)
- 1 colher de chá de extrato de baunilha
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- Uma pitada de sal
- 1/2 xícara de morangos liofilizados triturados

Modo de Preparo:

Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Incorpore os morangos liofilizados triturados à massa.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar na forma por alguns minutos antes de desenformar e transferir para uma grade para esfriar completamente.

Bolo com Glitter Comestível

Ingredientes:

- Para o Bolo de Baunilha:

1 e 1/2 xícaras de farinha de arroz

1/2 xícara de fécula de batata

1 xícara de adoçante culinário (eritritol ou xilitol)

3 ovos grandes

1/2 xícara de óleo de coco

1 xícara de leite vegetal (amêndoa ou coco)

1 colher de chá de extrato de baunilha

1 colher de sopa de fermento em pó

Uma pitada de sal

Para a Cobertura e Decoração:

1 xícara de creme de coco gelado (parte sólida do leite de coco)

2 colheres de sopa de adoçante culinário em pó

1 colher de chá de extrato de baunilha

Glitter comestível (verifique os ingredientes para garantir que seja sem glúten e sem lactose)

Modo de Preparo:

Prepare o Bolo: Pré-aqueça o forno a 180°C e unte uma forma de bolo com óleo de coco e farinha de arroz.

Em uma tigela grande, misture a farinha de arroz, a fécula de batata, o adoçante e o sal.

Em outra tigela, bata os ovos, o óleo de coco, o leite vegetal e o extrato de baunilha.

Despeje os ingredientes líquidos sobre os secos e misture bem até incorporar. Não misture em excesso.

Adicione o fermento em pó e misture delicadamente.

Despeje a massa na forma preparada e leve ao forno por 30-35 minutos, ou até que um palito inserido no centro saia limpo.

Deixe o bolo esfriar completamente.

Prepare a Cobertura: Bata o creme de coco gelado com o adoçante em pó e o extrato de baunilha até obter uma consistência de chantilly. Cubra o bolo com o chantilly de coco e, antes de servir, polvilhe generosamente com glitter comestível.

Bolo de Maçã

Ingredientes:

- 1 xícara de maçã cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) maçã, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Mandioca

Ingredientes:

- - 1 xícara de mandioca cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) mandioca, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Fubá

Ingredientes:

- - 1 xícara de fubá cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) fubá, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Farinha de Aveia

Ingredientes:

- 1 xícara de farinha de aveia cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) farinha de aveia, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Farinha de Arroz

Ingredientes:

- - 1 xícara de farinha de arroz cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) farinha de arroz, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Tomate Seco

Ingredientes:

- 1 xícara de tomate seco cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) tomate seco, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Banana com Canela

Ingredientes:

- 1 xícara de banana cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de canela ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) banana, o(a) canela, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Maçã com Nozes

Ingredientes:

- 1 xícara de maçã cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de nozes ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) maçã, o(a) nozes, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Cenoura com Laranja

Ingredientes:

- 1 xícara de cenoura cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de laranja ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) cenoura, o(a) laranja, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Beterraba com Limão

Ingredientes:

- 1 xícara de beterraba cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de limão ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) beterraba, o(a) limão, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Mamão com Chia

Ingredientes:

- 1 xícara de mamão cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de chia ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) mamão, o(a) chia, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Batata Doce com Gengibre

Ingredientes:

- 1 xícara de batata doce cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de gengibre ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) batata doce, o(a) gengibre, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Maracujá com Aveia

Ingredientes:

- 1 xícara de maracujá cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de aveia ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) maracujá, o(a) aveia, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Pêssego com Castanha de Caju

Ingredientes:

- 1 xícara de pêssego cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de castanha de caju ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) pêssego, o(a) castanha de caju, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Tâmara com Cacau

Ingredientes:

- 1 xícara de tâmara cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de cacau ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) tâmara, o(a) cacau, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Goiaba com Farinha de Arroz

Ingredientes:

- 1 xícara de goiaba cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de farinha de arroz ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) goiaba, o(a) farinha de arroz, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Abacaxi com Linhaça

Ingredientes:

- 1 xícara de abacaxi cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de linhaça ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) abacaxi, o(a) linhaça, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Laranja com Chia

Ingredientes:

- 1 xícara de laranja cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de chia ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) laranja, o(a) chia, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Mandioca com Coco

Ingredientes:

- 1 xícara de mandioca cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de coco ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) mandioca, o(a) coco, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Uva Passa com Nozes

Ingredientes:

- 1 xícara de uva passa cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de nozes ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) uva passa, o(a) nozes, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Batata Baroa com Amendoim

Ingredientes: - - 1 xícara de batata baroa cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)

- 1/2 xícara de amendoim ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)

- 2 ovos

- 1/2 xícara de farinha de arroz

- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten

- 1/3 xícara de açúcar de coco

- 1/4 xícara de óleo de coco

- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) batata baroa, o(a) amendoim, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Cenoura com Gengibre

Ingredientes:

- 1 xícara de cenoura cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de gengibre ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) cenoura, o(a) gengibre, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Maçã com Canela e Aveia

Ingredientes:

- 1 xícara de maçã cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de canela e aveia ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) maçã, o(a) canela e aveia, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Maracujá com Farinha de Arroz

Ingredientes:

- 1 xícara de maracujá cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de farinha de arroz ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) maracujá, o(a) farinha de arroz, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Goiaba com Aveia

Ingredientes:

- 1 xícara de goiaba cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de aveia ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) goiaba, o(a) aveia, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Abóbora com Canela

Ingredientes:

- 1 xícara de abóbora cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de canela ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) abóbora, o(a) canela, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Batata Doce com Coco

Ingredientes:

- 1 xícara de batata doce cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de coco ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) batata doce, o(a) coco, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Fubá com Laranja

Ingredientes:

- 1 xícara de fubá cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de laranja ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) fubá, o(a) laranja, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Mandioca com Gengibre

Ingredientes:

- 1 xícara de mandioca cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de gengibre ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) mandioca, o(a) gengibre, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Uva Passa com Amendoim

Ingredientes:

- 1 xícara de uva passa cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de amendoim ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) uva passa, o(a) amendoim, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Tâmara com Canela

Ingredientes:

- 1 xícara de tâmara cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de canela ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) tâmara, o(a) canela, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Maçã com Coco

Ingredientes:

- 1 xícara de maçã cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de coco ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) maçã, o(a) coco, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Banana com Tâmara

Ingredientes:

- 1 xícara de banana cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de tâmara ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) banana, o(a) tâmara, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Maracujá com Goiaba

Ingredientes:

- 1 xícara de maracujá cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de goiaba ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) maracujá, o(a) goiaba, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Milho Verde com Fubá

Ingredientes:

- 1 xícara de milho verde cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de fubá ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) milho verde, o(a) fubá, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Goiaba com Castanha de Caju

Ingredientes:

- 1 xícara de goiaba cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de castanha de caju ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) goiaba, o(a) castanha de caju, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Laranja com Farinha de Aveia

Ingredientes:

- 1 xícara de laranja cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de farinha de aveia ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) laranja, o(a) farinha de aveia, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Batata Baroa com Linhaça

Ingredientes:

- 1 xícara de batata baroa cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de linhaça ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) batata baroa, o(a) linhaça, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Pêssego com Aveia

Ingredientes:

- 1 xícara de pêssego cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de aveia ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) pêssego, o(a) aveia, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Mamão com Farinha de Arroz

Ingredientes:

- 1 xícara de mamão cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de farinha de arroz ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) mamão, o(a) farinha de arroz, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Maçã com Linhaça

Ingredientes:

- 1 xícara de maçã cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de linhaça ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) maçã, o(a) linhaça, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Coco com Nozes

Ingredientes:

- 1 xícara de coco cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de nozes ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) coco, o(a) nozes, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Abóbora com Gengibre

Ingredientes:

- 1 xícara de abóbora cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de gengibre ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) abóbora, o(a) gengibre, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Banana com Erva-doce

Ingredientes:

- 1 xícara de banana cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de erva-doce ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) banana, o(a) erva-doce, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Fubá com Goiaba

Ingredientes:

- 1 xícara de fubá cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de goiaba ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) fubá, o(a) goiaba, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Cenoura com Tâmara

Ingredientes:

- 1 xícara de cenoura cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de tâmara ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) cenoura, o(a) tâmara, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Uva Passa com Castanha de Caju

Ingredientes:

- 1 xícara de uva passa cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de castanha de caju ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) uva passa, o(a) castanha de caju, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Milho com Aveia

Ingredientes:

- 1 xícara de milho cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de aveia ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) milho, o(a) aveia, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Batata Doce com Nozes

Ingredientes:

- 1 xícara de batata doce cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de nozes ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) batata doce, o(a) nozes, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Mamão com Gengibre

Ingredientes:

- 1 xícara de mamão cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de gengibre ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) mamão, o(a) gengibre, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Maçã com Fubá

Ingredientes:

- 1 xícara de maçã cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de fubá ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) maçã, o(a) fubá, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Banana com Farinha de Arroz

Ingredientes:

- 1 xícara de banana cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de farinha de arroz ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) banana, o(a) farinha de arroz, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Maracujá com Nozes

Ingredientes:

- 1 xícara de maracujá cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de nozes ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) maracujá, o(a) nozes, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Abóbora com Linhaça

Ingredientes:

- 1 xícara de abóbora cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de linhaça ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) abóbora, o(a) linhaça, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Mandioca com Canela

Ingredientes:

- 1 xícara de mandioca cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de canela ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) mandioca, o(a) canela, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Fubá com Banana

Ingredientes:

- 1 xícara de fubá cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de banana ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) fubá, o(a) banana, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Maçã com Goiaba

Ingredientes:

- 1 xícara de maçã cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de goiaba ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) maçã, o(a) goiaba, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Cenoura com Aveia

Ingredientes:

- 1 xícara de cenoura cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de aveia ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) cenoura, o(a) aveia, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Mamão com Coco

Ingredientes:

- 1 xícara de mamão cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de coco ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) mamão, o(a) coco, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Abóbora com Nozes

Ingredientes: - - 1 xícara de abóbora cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)

- 1/2 xícara de nozes ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)

- 2 ovos

- 1/2 xícara de farinha de arroz

- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten

- 1/3 xícara de açúcar de coco

- 1/4 xícara de óleo de coco

- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) abóbora, o(a) nozes, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Laranja com Nozes

Ingredientes:

- 1 xícara de laranja cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de nozes ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) laranja, o(a) nozes, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Banana com Gengibre

Ingredientes:

- 1 xícara de banana cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de gengibre ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) banana, o(a) gengibre, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Batata Doce com Castanha de Caju

Ingredientes:

- 1 xícara de batata doce cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de castanha de caju ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) batata doce, o(a) castanha de caju, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Maçã com Chia

Ingredientes:

- 1 xícara de maçã cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de chia ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) maçã, o(a) chia, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Milho com Tâmara

Ingredientes:

- 1 xícara de milho cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de tâmara ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) milho, o(a) tâmara, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Pêssego com Nozes

Ingredientes: - - 1 xícara de pêssego cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)

- 1/2 xícara de nozes ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)

- 2 ovos

- 1/2 xícara de farinha de arroz

- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten

- 1/3 xícara de açúcar de coco

- 1/4 xícara de óleo de coco

- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) pêssego, o(a) nozes, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Fubá com Tâmara

Ingredientes:

- 1 xícara de fubá cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de tâmara ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) fubá, o(a) tâmara, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Banana com Nozes

Ingredientes:

- 1 xícara de banana cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de nozes ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) banana, o(a) nozes, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Mamão com Linhaça

Ingredientes:

- 1 xícara de mamão cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de linhaça ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) mamão, o(a) linhaça, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Batata Doce com Erva-doce

Ingredientes:

- 1 xícara de batata doce cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de erva-doce ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) batata doce, o(a) erva-doce, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Uva Passa com Aveia

Ingredientes:

- 1 xícara de uva passa cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de aveia ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) uva passa, o(a) aveia, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Limão com Aveia

Ingredientes:

- 1 xícara de limão cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de aveia ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) limão, o(a) aveia, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Laranja com Castanha de Caju

Ingredientes:

- 1 xícara de laranja cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de castanha de caju ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) laranja, o(a) castanha de caju, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Abacaxi com Farinha de Aveia

Ingredientes:

- 1 xícara de abacaxi cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de farinha de aveia ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) abacaxi, o(a) farinha de aveia, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Banana com Farinha de Aveia

Ingredientes:

- 1 xícara de banana cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de farinha de aveia ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) banana, o(a) farinha de aveia, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Maçã com Farinha de Arroz

Ingredientes:

- 1 xícara de maçã cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de farinha de arroz ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) maçã, o(a) farinha de arroz, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Maracujá com Linhaça

Ingredientes: - - 1 xícara de maracujá cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)

- 1/2 xícara de linhaça ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)

- 2 ovos

- 1/2 xícara de farinha de arroz

- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten

- 1/3 xícara de açúcar de coco

- 1/4 xícara de óleo de coco

- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) maracujá, o(a) linhaça, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Goiaba com Nozes

Ingredientes:

- 1 xícara de goiaba cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de nozes ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) goiaba, o(a) nozes, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Abóbora com Aveia

Ingredientes:

- 1 xícara de abóbora cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de aveia ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) abóbora, o(a) aveia, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Cenoura com Chia

Ingredientes:

- 1 xícara de cenoura cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de chia ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) cenoura, o(a) chia, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Abóbora com Castanha de Caju

Ingredientes:

- 1 xícara de abóbora cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de castanha de caju ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) abóbora, o(a) castanha de caju, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Batata Doce com Farinha de Arroz

Ingredientes:

- 1 xícara de batata doce cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de farinha de arroz ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) batata doce, o(a) farinha de arroz, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Pêssego com Tâmara

Ingredientes:

- 1 xícara de pêssego cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de tâmara ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) pêssego, o(a) tâmara, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Fubá com Linhaça

Ingredientes:

- 1 xícara de fubá cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de linhaça ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) fubá, o(a) linhaça, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Abacaxi com Castanha de Caju

Ingredientes:

- 1 xícara de abacaxi cozido(a), ralado(a) ou amassado(a)
- 1/2 xícara de castanha de caju ralado(a), triturado(a) ou hidratado(a)
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) abacaxi, o(a) castanha de caju, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Banana com Aveia

Ingredientes:

- 1 xícara de banana cozido ou ralado
- 1/2 xícara de aveia
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) banana, o(a) aveia, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Maçã com Canela

Ingredientes:

- 1 xícara de maçã cozido ou ralado
- 1 colher de sopa de canela em pó
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) maçã, o(a) canela, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Cenoura com Coco

Ingredientes:

- 1 xícara de cenoura cozido ou ralado
- 1/2 xícara de coco ralado seco
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) cenoura, o(a) coco, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Abóbora com Farinha de Arroz

Ingredientes:

- 1 xícara de abóbora cozido ou ralado
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) abóbora, o(a) farinha de arroz, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Goiaba com Farinha de Aveia

Ingredientes:

- 1 xícara de goiaba cozido ou ralado
- 1/2 xícara de farinha de aveia
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) goiaba, o(a) farinha de aveia, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Laranja com Chia

Ingredientes:

- 1 xícara de laranja picado
- 1 colher de sopa de chia
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) laranja, o(a) chia, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Batata Doce com Nozes

Ingredientes:

- 1 xícara de batata doce cozido ou ralado
- 1/2 xícara de nozes picadas
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) batata doce, o(a) nozes, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Pêra com Castanha do Pará

Ingredientes:

- 1 xícara de pêra cozido ou ralado
- 1/2 xícara de castanha do pará picadas
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) pêra, o(a) castanha do pará, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Abacaxi com Coco Ralado

Ingredientes:

- 1 xícara de abacaxi cozido ou ralado
- 1/2 xícara de coco ralado seco
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) abacaxi, o(a) coco ralado, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Uva Passa com Aveia

Ingredientes:

- - 1 xícara de uva passa picado
- 1/2 xícara de aveia
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) uva passa, o(a) aveia, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Manga com Linhaça

Ingredientes:

- 1 xícara de manga cozido ou ralado
- 1 colher de sopa de linhaça
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) manga, o(a) linhaça, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Mamão com Farinha de Milho

Ingredientes:

- 1 xícara de mamão cozido ou ralado
- 1/2 xícara de farinha de milho
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) mamão, o(a) farinha de milho, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Fubá com Coco

Ingredientes:

- 1 xícara de fubá picado
- 1/2 xícara de coco ralado seco
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) fubá, o(a) coco, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Tâmara com Amêndoas

Ingredientes:

- 1 xícara de tâmara cozido ou ralado
- 1/2 xícara de amêndoas picadas
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) tâmara, o(a) amêndoas, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Ameixa com Castanha de Caju

Ingredientes:

- 1 xícara de ameixa cozido ou ralado
- 1/2 xícara de castanha de caju picadas
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) ameixa, o(a) castanha de caju, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Morango com Farinha de Arroz

Ingredientes:

- 1 xícara de morango picado
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) morango, o(a) farinha de arroz, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Caju com Farinha de Coco

Ingredientes:

- 1 xícara de caju picado
- 1/2 xícara de farinha de coco
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) caju, o(a) farinha de coco, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Inhame com Coco

Ingredientes:

- 1 xícara de inhame cozido ou ralado
- 1/2 xícara de coco ralado seco
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) inhame, o(a) coco, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Cará com Aveia

Ingredientes:

- 1 xícara de cará cozido ou ralado
- 1/2 xícara de aveia
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) cará, o(a) aveia, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Pêssego com Farinha de Arroz

Ingredientes:

- 1 xícara de pêssego cozido ou ralado
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) pêssego, o(a) farinha de arroz, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Maçã com Nozes

Ingredientes:

- 1 xícara de maçã cozido ou ralado
- 1/2 xícara de nozes picadas
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) maçã, o(a) nozes, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Banana com Tâmara

Ingredientes:

- 1 xícara de banana cozido ou ralado
- 1/2 xícara de tâmara
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) banana, o(a) tâmara, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Cenoura com Farinha de Coco

Ingredientes:

- 1 xícara de cenoura cozido ou ralado
- 1/2 xícara de farinha de coco
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) cenoura, o(a) farinha de coco, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Laranja com Farinha de Milho

Ingredientes:

- 1 xícara de laranja picado
- 1/2 xícara de farinha de milho
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) laranja, o(a) farinha de milho, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Abóbora com Chia

Ingredientes:

- 1 xícara de abóbora cozido ou ralado
- 1 colher de sopa de chia
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) abóbora, o(a) chia, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Batata Doce com Amêndoas

Ingredientes:

- 1 xícara de batata doce cozido ou ralado
- 1/2 xícara de amêndoas picadas
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) batata doce, o(a) amêndoas, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Abacaxi com Farinha de Aveia

Ingredientes:

- 1 xícara de abacaxi cozido ou ralado
- 1/2 xícara de farinha de aveia
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) abacaxi, o(a) farinha de aveia, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Mamão com Castanha de Caju

Ingredientes:

- 1 xícara de mamão cozido ou ralado
- 1/2 xícara de castanha de caju picadas
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) mamão, o(a) castanha de caju, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Maçã Verde com Linhaça

Ingredientes:

- 1 xícara de maçã verde cozido ou ralado
- 1 colher de sopa de linhaça
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) maçã verde, o(a) linhaça, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Goiaba com Aveia

Ingredientes:

- 1 xícara de goiaba cozido ou ralado
- 1/2 xícara de aveia
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) goiaba, o(a) aveia, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Caju com Fubá

Ingredientes:

- 1 xícara de caju picado
- 1/2 xícara de fubá
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) caju, o(a) fubá, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Pera com Coco

Ingredientes:

- 1 xícara de pera cozido ou ralado
- 1/2 xícara de coco ralado seco
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) pera, o(a) coco, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Manga com Farinha de Arroz

Ingredientes:

- 1 xícara de manga cozido ou ralado
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) manga, o(a) farinha de arroz, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Morango com Aveia

Ingredientes:

- 1 xícara de morango picado
- 1/2 xícara de aveia
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) morango, o(a) aveia, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Banana com Cacau

Ingredientes:

- 1 xícara de banana cozido ou ralado
- 1 colher de sopa de cacau em pó
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) banana, o(a) cacau, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Cenoura com Canela

Ingredientes:

- 1 xícara de cenoura cozido ou ralado
- 1 colher de sopa de canela em pó
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) cenoura, o(a) canela, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Fubá com Castanha do Pará

Ingredientes:

- 1 xícara de fubá picado
- 1/2 xícara de castanha do pará picadas
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) fubá, o(a) castanha do pará, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Batata Doce com Coco

Ingredientes:

- 1 xícara de batata doce cozido ou ralado
- 1/2 xícara de coco ralado seco
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) batata doce, o(a) coco, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Laranja com Aveia

Ingredientes:

- 1 xícara de laranja picado
- 1/2 xícara de aveia
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) laranja, o(a) aveia, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Abacaxi com Linhaça

Ingredientes:

- 1 xícara de abacaxi cozido ou ralado
- 1 colher de sopa de linhaça
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) abacaxi, o(a) linhaça, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Maçã com Castanha de Caju

Ingredientes:

- 1 xícara de maçã cozido ou ralado
- 1/2 xícara de castanha de caju picadas
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) maçã, o(a) castanha de caju, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Pêssego com Coco Ralado

Ingredientes:

- 1 xícara de pêssego cozido ou ralado
- 1/2 xícara de coco ralado seco
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) pêssego, o(a) coco ralado, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Ameixa com Nozes

Ingredientes:

- 1 xícara de ameixa cozido ou ralado
- 1/2 xícara de nozes picadas
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) ameixa, o(a) nozes, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Inhame com Farinha de Aveia

Ingredientes:

- 1 xícara de inhame cozido ou ralado
- 1/2 xícara de farinha de aveia
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) inhame, o(a) farinha de aveia, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Cará com Coco Ralado

Ingredientes:

- 1 xícara de cará cozido ou ralado
- 1/2 xícara de coco ralado seco
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) cará, o(a) coco ralado, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Caju com Farinha de Arroz

Ingredientes:

- 1 xícara de caju picado
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) caju, o(a) farinha de arroz, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Tâmara com Fubá

Ingredientes:

- 1 xícara de tâmara cozido ou ralado
- 1/2 xícara de fubá
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) tâmara, o(a) fubá, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Morango com Linhaça

Ingredientes:

- 1 xícara de morango picado
- 1 colher de sopa de linhaça
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) morango, o(a) linhaça, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Goiaba com Cacau

Ingredientes:

- 1 xícara de goiaba cozido ou ralado
- 1 colher de sopa de cacau em pó
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) goiaba, o(a) cacau, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Abóbora com Castanha de Caju

Ingredientes:

- 1 xícara de abóbora cozido ou ralado
- 1/2 xícara de castanha de caju picadas
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) abóbora, o(a) castanha de caju, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Manga com Aveia

Ingredientes:

- 1 xícara de manga cozido ou ralado
- 1/2 xícara de aveia
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) manga, o(a) aveia, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Pêra com Canela

Ingredientes:

- 1 xícara de pêra cozido ou ralado
- 1 colher de sopa de canela em pó
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) pêra, o(a) canela, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Maçã Verde com Coco

Ingredientes:

- 1 xícara de maçã verde cozido ou ralado
- 1/2 xícara de coco ralado seco
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) maçã verde, o(a) coco, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Banana com Farinha de Milho

Ingredientes:

- 1 xícara de banana cozido ou ralado
- 1/2 xícara de farinha de milho
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) banana, o(a) farinha de milho, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Fubá com Nozes

Ingredientes:

- 1 xícara de fubá picado
- 1/2 xícara de nozes picadas
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) fubá, o(a) nozes, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Cenoura com Castanha do Pará

Ingredientes:

- 1 xícara de cenoura cozido ou ralado
- 1/2 xícara de castanha do pará picadas
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) cenoura, o(a) castanha do pará, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Uva Passa com Fubá

Ingredientes:

- 1 xícara de uva passa picado
- 1/2 xícara de fubá
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) uva passa, o(a) fubá, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Batata Doce com Farinha de Milho

Ingredientes:

- 1 xícara de batata doce cozido ou ralado
- 1/2 xícara de farinha de milho
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) batata doce, o(a) farinha de milho, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Laranja com Farinha de Aveia

Ingredientes:

- 1 xícara de laranja picado
- 1/2 xícara de farinha de aveia
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) laranja, o(a) farinha de aveia, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Pêssego com Farinha de Arroz

Ingredientes:

- 1 xícara de pêssego cozido ou ralado
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) pêssego, o(a) farinha de arroz, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Mamão com Cacau

Ingredientes:

- 1 xícara de mamão cozido ou ralado
- 1 colher de sopa de cacau em pó
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) mamão, o(a) cacau, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Inhame com Canela

Ingredientes:

- 1 xícara de inhame cozido ou ralado
- 1 colher de sopa de canela em pó
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) inhame, o(a) canela, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Cará com Nozes

Ingredientes:

- 1 xícara de cará cozido ou ralado
- 1/2 xícara de nozes picadas
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) cará, o(a) nozes, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Abacaxi com Farinha de Milho

Ingredientes:

- 1 xícara de abacaxi cozido ou ralado
- 1/2 xícara de farinha de milho
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) abacaxi, o(a) farinha de milho, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Receitas de Bolos Saudáveis

Bolo de Tâmara com Farinha de Arroz

Ingredientes:

- 1 xícara de tâmara cozido ou ralado
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) tâmara, o(a) farinha de arroz, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Maçã com Farinha de Coco

Ingredientes:

- 1 xícara de maçã cozido ou ralado
- 1/2 xícara de farinha de coco
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) maçã, o(a) farinha de coco, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Manga com Cacau

Ingredientes:

- 1 xícara de manga cozido ou ralado
- 1 colher de sopa de cacau em pó
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) manga, o(a) cacau, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.

Bolo de Morango com Castanha de Caju

Ingredientes:

- 1 xícara de morango picado
- 1/2 xícara de castanha de caju picadas
- 2 ovos
- 1/2 xícara de farinha de arroz
- 1/2 xícara de farinha de aveia sem glúten
- 1/3 xícara de açúcar de coco
- 1/4 xícara de óleo de coco
- 1 colher de sopa de fermento em pó

Modo de Preparo:

Preaqueça o forno a 180°C.

Em uma tigela, misture o(a) morango, o(a) castanha de caju, os ovos e o óleo de coco até obter uma massa homogênea.

Adicione a farinha de arroz, a farinha de aveia e o açúcar de coco, misturando bem.

Incorpore o fermento por último e mexa suavemente.

Despeje a massa em uma forma untada com óleo de coco e polvilhada com farinha sem glúten.

Asse por 30 a 35 minutos ou até passar no teste do palito.

Aguarde esfriar para desenformar e sirva.