

WORKSHOP

“5 POR DIA – COMA MAIS FRUTA E LEGUMES”

Cupcakes de cenoura (20 queques)

INGREDIENTES

400g de cenoura descascada
2 chávenas de farinha com fermento
2 chávenas de açúcar
½ chávena de óleo
3 ovos

UTENSÍLIOS

Balança
Descascador de cenouras
Picadora
Batedeira
2 Taças
Rapa
Colher
Chávena
Tabuleiro para queques
Formas de papel

PREPARAÇÃO

1. Descasca as cenoura e pica-as.
2. Liga o forno a 180°C.
3. Numa taça mistura as gemas, o açúcar, as cenouras, o óleo e a farinha.
4. Bate as claras em castelo.
5. Junta as claras, batendo sempre.
6. Deita a massa nas formas até cerca de 2/3.
7. Leva ao forno ± 20 minutos.

Podes cobrir com chocolate derretido.

