

Bolo Maçã Integral liquidificador

1 xíc e meia de farinha Integral
meia xíc de farinha de aveia
(se preferir use 2 xíc de farinha integral)
3/4 de xíc de açúcar Mascavo
3/4 de xíc de açúcar DEMERARA
150 ml de leite integral
100 gr de Margarina
1 colher de sopa de fermento em pó
1 maçã grande ou 2 pequenas

modo de preparo

use na massa apenas uma das maçãs
com casca (coloque no liquidificador)
junte todos os ingredientes no
liquidificador (menos a farinha e o
fermento) e bata por dois minutos

Peneirar a farinha e o fermento em
uma vasilha e misturar o conteúdo do
liquidificador. Mexa bem
asse em forma untada com margarina
e açúcar cristal com canela

Calda da cobertura
1 xícara de açúcar
meia xíc de água
1 colher de manteiga ou margarina
canela em pó à gosto
Gengibre (opcional)

coloque 1 xícara de açúcar para
derreter, mexa sem parar, quando
estiver derretido adicione a água
quente, deixe por uns minutinhos e
acrescente a maçã. Deixe por mais
uns 5 minutos, assim que
desenformar seu bolo coloque a
calda por cima