Brownie fit de micro-ondas

Ingredients

1 ovo

1 colher de sopa de açúcar

1 colher de sopa de manteiga sem sal em temperatura ambiente

1 colher de café de cacau em pó 100%

3 quadradinhos de chocolate 70% cacau

1 colher de sopa de farinha de arroz

Preparo

Reúna todos os ingredientes;

Em um potinho ou caneca que possa ir ao micro-ondas, quebre o ovo e bata com um garfo;

Acrescente o açúcar, a manteiga, o cacau, a farinha de arroz e misture muito bem;

Adicione o chocolate picado, acomodando-o bem por toda a massa;

Leve ao micro-ondas por cerca de 1 a 2 minutos

Está pronto! Sirva e aproveite.