Brownie fit

Ingredients

2 ovos

2 colheres de sopa de óleo de coco (ou manteiga ghee)

1 xícara de chá de açúcar mascavo peneirado

1/2 xícara de chá de farinha de arroz integral peneirada

1/2 xícara de chá de cacau em pó

100 gramas de chocolate meio amargo

Preparo

Reúna os ingredientes do brownie fit;

Em um recipiente, coloque os ovos e o óleo de coco. Misture bem;

Depois, adicione a farinha, o açúcar e cacau. Misture até ficar homogêneo;

Derreta o chocolate no micro-ondas ou em banho-maria, junte na mistura e mexa até incorporar;

Transfira para uma forma (15 x 20 cm), untada e polvilhada com cacau;

Leve ao forno preaquecido a 200ºC por cerca de 25 minutos ou até formar a clássica casquinha de brownie;

Aproveite esse brownie fit delicioso. Bom apetite!