



## Bolo diet de damasco com amêndoas

### Ingredientes

#### Massa

- 5 ovos
- 4 colheres de sopa de adoçante em pó
- 5 colheres de sopa de farinha de trigo
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- Margarina light para untar a forma
- Farinha de trigo para polvilhar a forma

#### Recheio

- 200ml de leite desnatado
- 1 colher de sopa de amido de milho
- 1 gema
- 2 colheres de sopa de adoçante em pó
- 3 colheres de sopa de damasco picado

#### Calda

- 200ml de água
- Casca de laranja
- Casca de limão
- 1 colher de sopa de adoçante em pó

#### Cobertura

- 200g de damasco seco doce hidratado em água quente e liquidificado
- 4 colheres de sopa de amêndoas em lascas para decorar

### Modo de preparo

#### Massa

Na batedeira, bater as claras em neve. Acrescentar as gemas e o adoçante e bater mais um pouco. Desligar a batedeira, acrescentar a farinha de trigo e o fermento em pó. Colocar a massa em uma forma redonda (20cm de diâmetro), untada e enfarinhada para levar ao forno pré-aquecido (180°C) para assar por 15 minutos.

#### Recheio

Colocar todos os ingredientes em uma panela, exceto o damasco, e levar ao fogo até engrossar. Por último acrescentar o damasco picado e misturar bem.

#### Calda

Levar todos os ingredientes ao fogo e deixar ferver por alguns minutos. Peneirar e reservar.

#### Montagem

Abrir a massa ao meio. Umedecer metade da massa com a calda. Colocar o recheio, a outra metade da massa por cima e mais um pouco de calda. Colocar a cobertura e decorar com lascas de amêndoas.

**Rendimento: 10 porções**