

Receita de pão low carb com farinha de coco

Ingredientes:

- 3/4 de xícara de pasta de amêndoa;
- 5 ovos;
- 1/4 de xícara de óleo de coco;
- 1 colher de sopa de mel;
- 1 colher de chá de vinagre de maçã;
- 1/4 de xícara de farinha de linhaça;
- 3 colheres de sopa de farinha de coco;
- 1 colher de chá de bicarbonato de sódio;
- 1/2 colher de chá de sal marinho.

Modo de preparo:

Pré-aqueça o forno a 180 graus. Unte ou cubra uma forma com papel manteiga. Misture, em um bowl, a pasta de amêndoa, os ovos, o óleo de coco, o mel e o vinagre de maçã. Incorpore até obter uma massa homogênea. Peneire a semente de linhaça, a farinha de coco o bicarbonato de sódio e o sal e misture em outra tigela. Misture os ingredientes secos com os molhados e bata bem com um fouet até obter uma massa homogênea. Despeje a massa na forma reservada. Leve ao forno para assar por 30 minutos ou até dourar. Espere amornar, desenforme e sirva.