

Delicie-se sem culpa

A Doceria da Praia oferece opções diet para quem quer se render às delícias sem sair da dieta

Uma alternativa para quem quer saborear uma doce iguaria sem comprometer a dieta são as receitas diet da Doceria da Praia, em Vila Velha. Livres de açúcares, elas são uma alternativa para quem não pode descuidar da saúde, como diabéticos, ou quem deseja reduzir o consumo do açúcar no seu dia a dia.

A proprietária e chef pâtissier da Doceria, Núbia Salles, explica que nessas receitas especiais o açúcar é substituído por adoçante e todas as etapas de produção do bolo são feitas no próprio local. "A massa, o recheio e a cobertura são feitos aqui, sem nenhum conservante", destaca.

Além da escolha da massa, que pode ser de baunilha ou chocolate, o cliente também pode escolher o recheio: coco, morango, damasco, ameixa ou até doce de leite, tudo diet! Dos recheios mais procurados, revela Núbia, coco com abacaxi está no topo da lista. Dá para escolher ainda o formato e o tamanho do bolo.

Além dos bolos, a Doceria da Praia oferece outras opções em seu cardápio diet. Entre elas estão os cupcakes, com sabores de abacaxi, morango, coco, brigadeiro e nozes, além das taças de abacaxi com coco e de baunilha com geleia de frutas, como morango e amora.

Para quem prefere uma opção light, a dica é o bolo de frutas, feito com banana, no-

zes, passas e damasco. A receita não leva adoçante, nem açúcar. O doce fica apenas pelo sabor natural das frutas.

Encomendas

A chef destaca que o movimento de pedidos das receitas diet e light é grande durante todo o ano. Elas são produzidas por encomenda, que devem ser feitas com dois dias de antecedência.

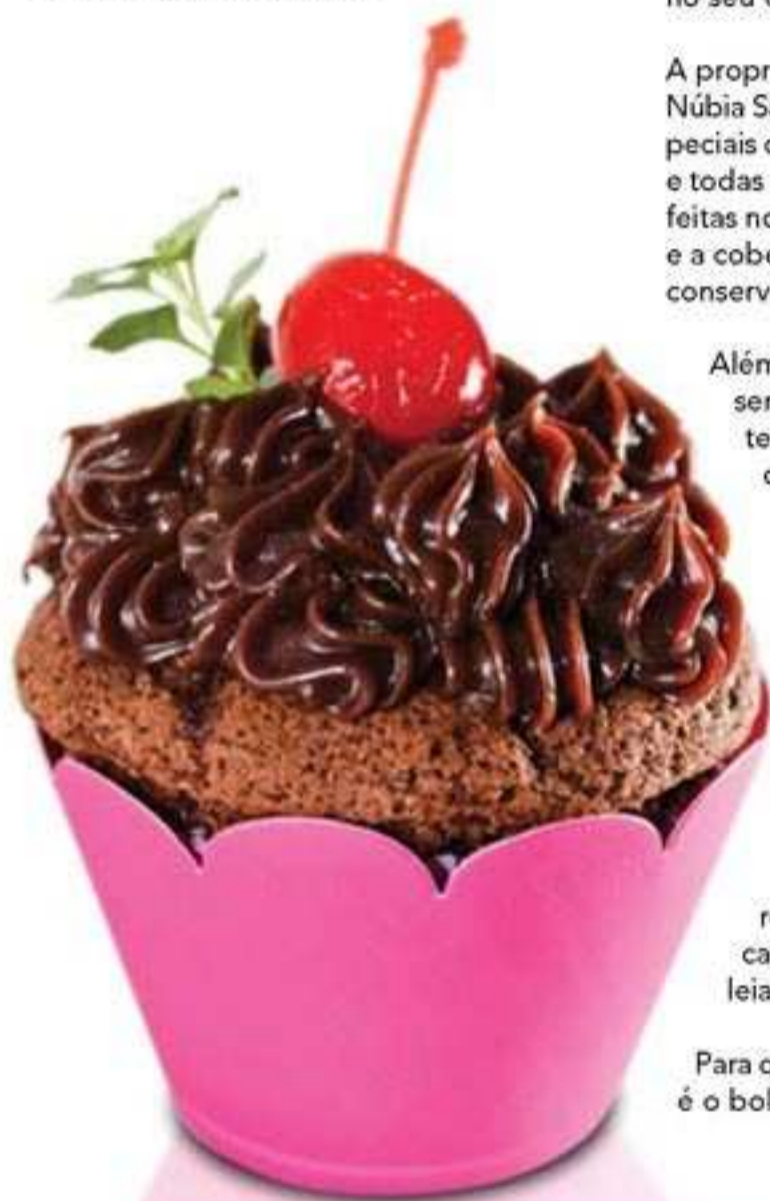
Mas, se você estiver com sorte, pode encontrar algumas dessas receitas prontinhas na Doceria. Uma fatia do bolo, por exemplo, custa, em média, R\$ 6,90.

Núbia prepara diariamente as iguarias e segue cardápios diferenciados, de acordo com a demanda, para agradar a seu público fiel. Em sua tentadora vitrine é possível encontrar ainda bolos tradicionais, tacinhas, tortas, bombons e cupcakes. Sem falar dos salgados, que são assados na hora.

Inverno

E para combinar com o friozinho do inverno, nada como as bebidas especiais com café encontradas na Doceria, como o delicioso café cremoso com leite vaporizado e creme de café, cappuccino italiano e ainda o famoso chocolate quente. Irresistíveis!

Confira abaixo a receita diet de cupcake de chocolate diet, que Núbia deixa exclusivamente aos leitores de WP.★



Cupcake de chocolate diet

Ingredientes:

- 6 ovos
- ¼ xícara (chá) de adoçante em pó
- ½ xícara de água
- ½ xícara de óleo
- 1 ½ xícara de farinha de trigo
- ¼ de xícara de cacau em pó
- 1 colher (sopa) de fermento em pó

Modo de preparo:

Bata as claras em neve, junte as gemas e em seguida o óleo, o adoçante e a água. Acrescente a farinha, o cacau e, por último, o fermento em pó. Divida a massa em forminhas de papel e leve para assar em forno pré-aquecido a 180°C, por 30 minutos. Coloque o recheio de sua preferência.

Cobertura:

- 170g de chocolate dietético, em barra
- 1/3 de xícara (chá) de leite desnatado
- 3 colheres (sopa) rasas de adoçante (forno e fogão)

Misture os ingredientes e leve ao fogo em banho-maria para derreter o chocolate. Coloque por 15 minutos para gelar. Aplique sobre os bolinhos e decore a gosto.

Núbia Salles
Chef Pâtissier

Doceria da Praia

Avenida Henrique Moscoso, 256 - Loja 02 - Praia da Costa - Vila Velha/ES - Tel: (27) 3082-7255
E-mail: contato@doceriadapraia.com.br • Site: www.doceriadapraia.com.br

Funcionamento: De segunda à sexta-feira, das 13h às 22horas
Sábados, domingos e feriados, a partir das 17horas