

COCA CON TROZOS DE CHOCOLATE

Ingredientes para 1 tarta:	Cantidad:
Huevos	3 unidades
Yogur Natural	125 g. 1 unidad
Harina de fuerza	250 g. 2 medidas de vaso de yogur
Aceite de girasol	125 g. 1 medida de vaso de yogur
Edulcorante líquido (que no sea aspartame ni taumatina, no se sirven para recetas en caliente. En el mercado encontramos mezclas de ciclamato y sacarina, o acesulfame K y sacarina)	1 cucharada sopera
Levadura en polvo	1 sobre
Chocolate negro extrafino con edulcorante artificial y sin azúcar añadido.	1 Tableta

Elaboración:

Mezclar en un bol los huevos, el yogur natural, el aceite de girasol, la harina de fuerza, el edulcorante y por último la levadura en polvo. Partir en trozos pequeños la tableta de chocolate e introducirlos en la masa. Verter sobre un molde y calentar en el horno a 200°C y 30 min.

Información Nutricional de la Tarta: (calibración hecha con chocolate negro con azúcar)

2272 Kcal

126 g de Hidratos de Carbono equivalen a 12 Raciones de H. C.

46 g de Proteínas

175 g de Grasa

Información Nutricional si consumimos 1/8:

284 Kcal

16 g de Hidratos de Carbono equivalen a 1 ½ Raciones de H.C.

6 g Proteínas

22 g Grasa

Receta de: MARGA BELTRAN