

MUFFIN SALGADO INTEGRAL DE CENOURA E PARMESÃO

INGREDIENTES

1 cenoura média
2 ovos
1/4 de xícara de óleo
1/2 xícara de iogurte natural
1/2 xícara de farinha de trigo integral
1/4 de xícara de farelo de aveia
1/2 xícara de parmesão ralado na hora
1 colher (chá) cheia de fermento em pó

MODO DE PREPARO

Bata no liquidificador a cenoura, ovos, óleo e o iogurte natural

Depois de bem batido, despeje em uma tigela e acrescente os demais ingredientes

Misture bem a massa e despeje em forminhos individuais

Asse em forno preaquecido a 180

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/11500-muffin-salgado-integral-de-cenoura-e-parmesao.html>