BOLO SAUDÁVEL DE AMÊNDOAS

INGREDIENTES

1 xícara de leite desnatado ou de amêndoa

2 ovos

1/4 xícara de óleo de semente de girassol

1/2 xícara de açúcar mascavo

1 xícara de farinha de trigo integral

1/2 xícara de aveia

1 colher (sopa) de fermento

1/2 xícara de amêndoas

canela em pó a gosto

uvas passas

damasco cortado pequenos a gosto

outras frutas secas que desejar a gosto

1 colher (sopa) de amêndoas para decorar

MODO DE PREPARO

Bata no liquidificador os ovos, o óleo, o leite e o açúcar

Acrescente a farinha de trigo, a aveia e a canela bata mais um pouco

Coloque a massa dentro de um recipiente e adicione as amêndoas e as frutas secas de sua preferência, misture e coloque o fermento

Coloque a massa dentro de uma forma untada e enfarinhada

Coloque um pouco de amêndoas por cima para decorar

Leve ao forno preaquecido a 180

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/12756-bolo-saudavel-de-amendoas.html