

# BOLO DE CANECA FIT-SEM FARINHAS-4 INGREDIENTES

## INGREDIENTES

2 ovos

3 colher (sopa) cacau em pó 100%

1 colher (sobremesa) de fermento em pó

+/- 3 colher(sopa) de mel

## MODO DE PREPARO

Em uma caneca, bata os ovos com um garfo

Adicione o fermento e misture novamente

Misture o mel (quanto mais líquido, melhor), se preciso coloque o mel em banho Maria antes de usar

Coloque o cacau e mexa bem

Se você fez tudo certo deve haver um líquido espesso em sua caneca, como a massa de um bolo

Se for desenformar, passe para uma caneca untada, caso contrário, sua massa do bolo está pronta

No forno, preaqueça em 170°C, coloque a caneca, retirando de 10 em 10 minutos para ver se está tudo certo com a massa (que a essa altura deve ter uma "barriginha" no topo e a aparência líquida por baixo), volte ao forno

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/13008-bolo-de-caneca-fit-sem-farinhas-4-ingredientes.html>