PETIT FOUR DE AVEIA SEM LEITE, OVOS E GLÚTEN

INGREDIENTES

2 xícaras (chá) de aveia em flocos

1 xícara (chá) de farinha de arroz ou de aveia

¼ de xícara de cacau em pó

8 colheres (sopa) de açúcar

4 colheres (sopa) de óleo

1/2 xícara (chá) de água

2 colheres de farinha de linhaça dissolvidas em 4 colheres de água filtrada (substitui 1 ovo)

MODO DE PREPARO

Triture no processador ou liquidificador um pouco de linhaça e separe duas colheres para misturar com 4 colheres de água filtrada.

Não use farinha de linhaça que já vem pronta, não dá o mesmo efeito.

Deixe a mistura descansar por 20 minutos até ficar com um aspecto gelatinoso.

O que restar da linhaça triturada não utilizada na receita, guarde no congelador para usar em outras receitas (a farinha de linhaça não congela e pode ser usada depois sem problemas).

Misture todos os ingredientes e mexa até ficar uma massa homogênea.

Modele com colher e leve para assar em forma forrada com papel manteiga.

Asse por aproximadamente 20 minutos a 180° C (pode variar o tempo de acordo com o forno)

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/13607-petit-four-de-aveia-sem-leite-ovos-e-gluten.html