

# PANQUECA DE AVEIA SOLITÁRIA (PRA UMA PESSOA SÓ)

## INGREDIENTES

- 1 ovo
- 1 colher (sopa) de açúcar
- 3 colheres (sopa) de leite líquido
- 5 colheres de aveia
- 1 colher de farinha de trigo
- 1 colher (sopa) rasa de canela

## MODO DE PREPARO

Coloque a clara e metade da gema do ovo em um recipiente pequeno. Mexa com um garfo até ficar espumadinho.

Coloque o resto dos ingredientes e mexa bem.

Unte uma frigideira com margarina caso não seja antiaderente.

Coloque no fogo baixo e ponha a mistura.

Quando a ponta estiver desgrudando, vire a panqueca e cozinhe do outro lado.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/14302-panqueca-de-aveia-solitaria-pra-uma-pessoa-so.html>