

TORTA FÁCIL INTEGRAL

INGREDIENTES

2 xícara (chá) de farinha de trigo integral

1 xícara (chá) de aveia em flocos

1 1/2 xícara (chá) de leite desnatado ou sem lactose

3 ovos

1 colher (sopa) de fermento em pó

1/2 xícara de azeite extra virgem

MODO DE PREPARO

Bata os ovos, o azeite e o leite.

Coloque o resto dos ingredientes e bata tudo junto.

Depois em uma tigela grande coloque o recheio com a massa e misture tudo.

Coloque em uma forma untada com azeite e farinha de trigo integral.

Leve ao forno a 180º C por aproximadamente 30 minutos até dourar.

Espete com garfo para ver se está assado e espere esfriar.

Sirva em temperatura ambiente.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/14672-torta-facil-integral.html>