

PÃO DE TAPIOCA (SEM GLÚTEN, SEM LACTOSE E SEM AÇUCAR)

INGREDIENTES

- 1 xícara (chá) de goma de tapioca hidratada
- 2 colheres (sopa) bem cheia de queijo parmesão ralado
- 1 ovo
- sal a gosto

MODO DE PREPARO

Misture todos os ingredientes num recipiente pequeno que possa ir no micro-ondas e coloque por 3 minutos.

Depois é só cortar ao meio e se deliciar!

Eu torrei um na frigideira para não ficar tão branco, mas quem não se importar pode meter bronca!

Dica: a tapioca nesse caso faz toda a diferença, então compre uma de boa qualidade!

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/15826-pao-de-tapioca-sem-gluten-sem-lactose-e-sem-acucar.html>