

# CUPCAKE INTEGRAL SAUDÁVEL

## INGREDIENTES

- 1 xícara de farinha de trigo integral
- 1 xícara de aveia em flocos
- 1/2 xícara de leite desnatado
- 1/2 xícara de margarina light
- 1 xícara de açúcar mascavo
- 2 ovos
- 1 colher (sopa) rasa de fermento em pó
- 1 colher (chá) de essência de baunilha (opcional)
- 1 colher (café) de canela

## MODO DE PREPARO

Misture os ingredientes sólidos (farinha, aveia, açúcar, canela e fermento).

Em seguida, adicione a margarina, os ovos, o leite e a baunilha, pois a massa deverá ficar mole.

Coloque, com o auxílio de uma colher, pequenas porções em mini forminhas untadas.

A dica para a forma não ficar com excesso de óleo é espalhá-lo com papel toalha e, em seguida, untar com farinha de trigo integral.

Deixe no forno médio por 15 a 20 minutos, ou até dourar.

Você pode adicionar uvas passas, gotas de chocolate amargo, ameixa picadinha ou inteira sem caroço por cima do cupcake antes de levar para assar.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/16183-cupcake-integral-saudavel.html>