

# BOLO DE COCO DIET

## INGREDIENTES

2 xícaras de farinha de trigo integral  
100 g de coco ralado seco sem açúcar  
1 colher bem cheia de margarina light  
2 xícaras de adoçante em pó culinário  
1 xícara de leite desnatado  
3 ovos  
1 xícara de leite de coco light  
1 colher (sopa) de fermento

## MODO DE PREPARO

Unte uma forma redonda de furo no meio com a margarina light e a farinha de trigo integral.

Preaqueça o forno na temperatura máxima.

Coloque todos os ingredientes em um recipiente e bata até formar uma massa homogênea.

Despeje na forma untada.

Leve ao forno por 1 hora, a 180° C.

Desenforme, espere esfriar um pouco e coma sem peso na consciência.

Fica fofinho por dentro e crocante por fora.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/16480-bolo-de-coco-diet.html>