

CREPIOCA SAUDÁVEL

INGREDIENTES

- 1 ovo inteiro
- 1 colher (sopa) de aveia em flocos fina
- 1 colher (sopa) de massa pronta para tapioca
- 1 pitada de pimenta
- 1 pitada de sal

MODO DE PREPARO

Com a ajuda de um garfo, misture bem todos os ingredientes em uma tigela.

Utilize a frigideira antiaderente preaquecida.

Em seguida, vire a crepioca para cozinhar nos dois lados.

Você pode consumir a crepioca desta forma, ou rechear conforme sua preferência.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/16800-crepioca-saudavel.html>