

BARRINHA DE CEREALIS

INGREDIENTES

2 xícaras de açúcar mascavo
2 xícaras de farinha de trigo integral
2 xícaras de aveia fina em flocos
1/2 xícara de gergelim branco
1/2 xícara de linhaça
1/2 xícara de castanha do pará
150 g de manteiga derretida
4 colheres (sopa) de água

MODO DE PREPARO

Em um recipiente, coloque todos os ingredientes e misture com as mãos.

Em seguida, coloque a mistura numa assadeira untada.

Amasse e junte com uma colher na forma.

Leve ao forno por 30 minutos, a 180° C.

Depois de pronto, corte em formatos retangulares, como barrinhas de cereais.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/18682-barrinha-de-cereais.html>