

BOLO DE MILHO SEM TRIGO DIET

INGREDIENTES

4 espigas de milho verde

3 ovos

3 colheres (sopa) de manteiga

1 vidro pequeno de leite de coco (pode ser leite de vaca também)

1 xícara e meia aproximadamente de fubá

1 xícara de adoçante sucralose forno e fogão

1 pitada de sal

1 colher (sopa) bem cheia de fermento em pó

MODO DE PREPARO

Com uma faca afiada, corte os grãos de milho do sabugo e reserve.

Coloque no liquidificador os ovos, o leite de coco, a manteiga, o sal e bata ligeiramente.

Acrescente o milho e bata bem.

Despeje em uma tigela, acrescente o adoçante e vá colocando o fubá aos poucos até ponto de massa de bolo.

Mexa bem e acrescente o fermento incorporando bem.

Coloque em uma forma de furo central untada e polvilhada com fubá.

Asse em forno preaquecido (180° C) por 1 hora (até ficar bem moreno).

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidass.com.br/receita/18916-bolo-de-milho-sem-trigo-diet.html>