

# BOLINHO DE TRIGO FRITO – VEGANO

## INGREDIENTES

1 banana d'água madura  
1 xícara de farinha de trigo  
½ xícara de aveia  
canela em pó (a gosto)  
1 pitada de sal  
quanto baste de açúcar demerara  
1 colher (sopa) rasa de fermento em pó  
1/2 xícara de água  
nada de óleo para fritar

## MODO DE PREPARO

Amasse a banana e vá acrescenta os demais ingredientes, menos o fermento e água.

Misture tudo muito bem.

Agora acrescente aos poucos a água até atingir o ponto desejado, pastosa, porém sem ser muito líquida.

Por último, acrescente o fermento e vá misturando devagar.

Pegue porções da massa e coloque na frigideira antiaderente um pouco quente sem óleo, deixe por um tempo, depois vire o lado.

Cuidado para não queimar, pois como está sem óleo à chance de queimar é grande.

Vegetariana estrita, sem lactose e vegana.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/18954-bolinho-de-trigo-frito-vegano.html>