

# PÃO SAUDÁVEL

## INGREDIENTES

2 xícara farinha de trigo integral

1 xícara de farinha de trigo

1 xícara de aveias de flocos finos

1/2 xícara de farinha de linhaça

1 xícara de farelo de trigo tostado

1 xícara de açúcar mascavo

1 colher (sopa) de fermento para pão

1 colher (sopa) de manteiga

2 copos de iogurte natural

2 e 1/2 de leite

## MODO DE PREPARO

Coloque todos os ingredientes em uma bacia.

Misture o leite aquecido com a manteiga e o iogurte até obter uma mistura homogênea.

Leve ao forno médio (220° C) por aproximadamente 50 minutos.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/20139-pao-saudavel.html>