

BOLO DE ARROZ (SEM GLÚTEN E LACTOSE)

INGREDIENTES

1 xícara (chá) de arroz cru
3/4 de xícara (chá) de óleo de girassol ou milho
200 ml de iogurte zero lactose
Ovos inteiros
1 xícara (chá) de açúcar demerara ou mascavo
50 g de coco ralado
50 g de queijo ralado (zero lactose)
1 colher (sopa) de fermento em pó

MODO DE PREPARO

Deixe o arroz de molho por 3 horas e depois escorra a água em uma peneira.
Coloque no liquidificador o arroz, o iogurte, o óleo e bata em velocidade máxima até ficar um creme homogêneo.
Acrescente os ovos, o açúcar, o coco, o queijo e bata bastante.
Adicione por último o fermento em pó e bata rapidamente só para misturar.
Despeje a massa em uma forma redonda com furo central untada com óleo.
Leve para assar em forno médio (200º C), preaquecido, de 30 a 40 minutos.
Retire do forno e espere esfriar para desenformar.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/20877-bolo-de-arroz-sem-gluten-e-lactose.html>