BOLO INTEGRAL DE FRUTAS

INGREDIENTES

2 ovos

1 e 1/2 colher (sopa) de margarina

1 xícara (chá) de óleo

1 xícara (chá) de açúcar mascavos

suco de 2 laranjas

1 e 1/3 xícara (chá) de farinha integral

1 pitada de sal

1 colher (café) de canela em pó

1 banana nanica amassada

1 e 1/2 colher (sopa) de fermento em pó para bolo

4 damascos picados

5 castanhas-do-pará picadas

4 ameixas seca picadas

1 colher (chá) de uvas passas

1 colher (chá) de cranberry seca

1 colher (chá) de linhaça escura

1 colher (chá) de gergelim

3 colheres (chá) de coco ralado

1/2 maçã sem casca picada

MODO DE PREPARO

Bata na batedeira os ovos e a margarina.

Sem para de bater adicione o óleo e em seguida o açúcar mascavo.

Adicione o suco de laranja, a farinha, a pitada de sal e a canela.

Amasse a banana e adicione à massa, em seguida adicione o fermento.

Pare de bater e com uma colher, mistures todas as frutas e sementes.

Coloque em uma forma untada com óleo e farinha integral.

Leve ao forno 180º C por 30 minutos, desligue o forno e deixe o bolo dentro por mais 15 minutos.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/20961-bolo-integral-de-frutas.html