PÃO CASEIRO FIT

INGREDIENTES

1 ovo

1 colher (sopa) de óleo de coco

1 colher (sopa) de quinoa em flocos

1 colher (sopa) de farinha de linhaça

1 colher (sopa) de leite sem lactose

1 colher (chá) de mel

1 colher (chá) de erva doce

1 colher (chá) de fermento

MODO DE PREPARO

Misture todos os ingredientes em um recipiente, por ultimo o fermento.

Despeje a mistura em 2 potinhos individuais e leve ao microondas por 1 minuto e 30 segundos.

Está pronto, totalmente saudável, sem glúten, sem lactose e low carb.

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/23169-pao-caseiro-fit.html