

# PÃO DE FRIGIDEIRA

## INGREDIENTES

- 1 ovo
- 4 colheres (sopa) de farinha integral
- 1 colher (sobremesa) rasa de farelo de aveia
- 1 colher (sobremesa) de iogurte desnatado ou integral
- 50 ml de leite desnatado
- sal a gosto
- 1 colher (chá) de fermento em pó

## MODO DE PREPARO

Bata primeiro os ingredientes líquidos e acrescente os ingredientes secos aos poucos.

Em uma frigideira untada com um fio de azeite ou óleo, despeje a mistura, tampe a frigideira e deixe fritar em fogo baixo.

Assim que a massa soltar do fundo, vire para assar o outro lado e está pronto.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/24025-pao-de-frigideira.html>