BOLO FITNESS DA PATY

INGREDIENTES

1 ovo

1 colher (sopa) de aveia em flocos finos

1 colher (chá) de cacau em pó

2 colheres (sopa) de água

1 colher (café) de óleo de coco

MODO DE PREPARO

Em um recipiente, misture todos os ingredientes até obter uma massa homogênea.

Despeje a massa em um recipiente próprio para micro-ondas e leve para assar por 2 ou 3 minutos (dependendo da potência de cada micro-ondas).

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/24254-bolo-fitness-da-paty.html