BOLO INTEGRAL LIGHT

INGREDIENTES

1 xícara (chá) de farinha integral

1/2 xícara (chá) granola light

1/2 xícara (chá) de farelo de cereais (composto por chia, aveia, trigo, cevada)

3 claras em neve

3 gemas

1 xícara de açúcar (lowçúcar)

1 colher (sopa) de canela em pó

1 colher (sopa) de fermento em pó

1 xícara (chá) de água

4 ou 5 bananas maçã picadas

MODO DE PREPARO

Coloque a farinha de trigo integral, as bananas, o farelo de cereais, a granola light, o açucar lowçucar, as gemas e a água.

Misture tudo até ficar bem homogêneo.

Acrescente o fermento em pó e a canela, por último as claras em neve.

Coloque na forma untada e enfarinhada.

Leve ao forno por cerca de 35 minutos em forno 200º C.

Peneire por cima da massa 1 colher de chá de açúcar lowçucar e 1 colher de chá de canela em pó.

Use uma forme retangular pequena, de bolo inglês.

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/24273-bolo-integral-light.html