

BOLO DE GOIABA LIGHT

INGREDIENTES

2 xícaras de aveia em flocos

4 goiabas grandes bem maduras

3 ovos inteiros

1/3 xícara de óleo de coco (pode substituir por canola, milho ou soja)

3 colheres (sopa) cheias de adoçante para forno

1 colher (sopa) cheia de fermento químico (pó royal)

MODO DE PREPARO

Descasque as goiabas, corte em pedaços e passe em uma peneira para retirar as sementes.

Junte os ovos, óleo, o adoçante (ou açúcar) e bata no liquidificador até ficar homogêneo.

Em um recipiente separado, coloque a aveia e depois junte os demais ingredientes.

Misture bem com uma colher e adicione o fermento.

Despeje a massa em uma forma média com furo central, untada com margarina e leve ao forno médio (180º C), preaquecido, por aproximadamente 50 minutos.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidass.com.br/receita/24394-bolo-de-goiaba-light.html>