

# BOLO INTEGRAL COM CASTANHA-DO-PARÁ E LARANJA

## INGREDIENTES

4 ovos inteiros  
1 laranja grande (ou 2 se preferir)  
1 xícara (chá) de óleo  
1 xícara (chá) de leite  
1 e 1/2 xícara (chá) de farinha integral  
1 xícara (chá) de aveia  
2 xícaras rasas de açúcar mascavo  
2 colheres (sopa) de fermento em pó  
1 xícara (chá) de castanha-do-Pará (bem picadas ou trituradas no processador)  
canela em pó a gosto

## MODO DE PREPARO

Bata todos os ingredientes (exceto a laranja e a castanha) no liquidificador até ficar uma massa homogênea.

Pique a laranja em pequenos pedaços.

Unte a forma e comece a despejar a massa aos poucos.

Lá pela metade, coloque uma camada de castanha picada e laranja.

Despeje o restante da massa.

Coloque mais uma camada de castanha picada e laranja.

Por fim, polvilhe açúcar mascavo e canela por cima.

Asse em forno preaquecido a 180º C por aproximadamente 50 minutos.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/25098-bolo-integral-com-castanha-do-para-e-laranja.html>