

# PANQUECA AMERICA SEM GLÚTEN E SEM LACTOSE COM FARINHA DE AMENDOIM

## INGREDIENTES

1/2 xícara de farinha de arroz  
1/2 xícara de farinha de amendoim  
2 colheres de sobremesa de fermento  
1 colher de sopa de açúcar mascavo  
1 ovo  
1 colher de sopa bem cheia de azeite ou óleo  
1/2 xícara de leite

## MODO DE PREPARO

Misture os ingredientes molhados e logo após, os secos.

Não mexa demais a massa, somente misture os ingredientes.

Leve a massa para uma frigideira, já aquecida em fogo médio para baixo.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/27523-panqueca-america-sem-gluten-e-sem-lactose-com-farinha-de-amendoim.html>