

BOLO DE MAÇÃ INTEGRAL E FÁCIL

INGREDIENTES

200 g de farelo de aveia
2 maçãs médias picadas em cubo
2 claras em neve
200 ml de leite
1 colher de sopa de fermento
1 colher de sobremesa de canela (opcional)
margarina, manteiga ou óleo para untar a forma

MODO DE PREPARO

Coloque o forno para preaquecer a 180°C.
Bata as claras em neve e reserve.
Unte a forma e polvilhe com farelo de aveia, para não grudar.
Reserve 200 g de farelo de aveia em uma vasilha.
Bata as maçãs e o leite com um mixer ou no liquidificador, misture com o farelo de aveia.
Adicione as claras em neve e misture suavemente com uma colher.
Adicione o fermento e misture devagar.
Adicione a canela (opcional).
Aumente a temperatura do forno para 220°C.
Despeje o conteúdo na forma e leve ao forno por, aproximadamente, 40 minutos.
Espere esfriar e desenforme.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/28348-bolo-de-maca-integral-e-facil.html>