

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