

BOLO DE CANECA FIT COM AVEIA

INGREDIENTES

1 colher (sopa) de farinha de trigo (comum ou integral)

2 colheres (sopa) de flocos finos de aveia

3 colheres (sopa) de leite de vaca

3 colheres (sopa) de óleo de cozinha

2 colheres de achocolatado ou 3 de chocolate em pó

1/2 colher (café) de fermento em pó

1 ovo

3 colheres (sopa) de açúcar ou adoçante

MODO DE PREPARO

Coloque numa caneca o ovo, o açúcar e o chocolate ou achocolatado

Coloque o leite e o óleo

Coloque a farinha e os flocos, dê uma misturada, após coloque o fermento

Leve no microondas por três minutos

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/3079-bolo-de-caneca-fit-com-aveia.html>