

BOLO DE CANECA ZERO CARBOIDRATOS

INGREDIENTES

2 colheres (sopa) cheias de creme de leite

1 ovo

1 colher (café) de baunilha

2 colheres (sopa) de adoçante forno e fogão

1 colher (sopa) de farelo de soja

1 colher (café) de fermento em pó

MODO DE PREPARO

Coloque os ingredientes numa caneca, na ordem em que aparecem e vá misturando cada um, batendo bem com a colher.

Coloque no micro-ondas por 1 minuto e 40 segundos, potência alta.

O tempo pode variar de acordo com o micro-ondas.

Pode ser usado farelo diferente o indicado, mas nesse caso não ficará zero carboidrato.

É muito prático e fica muito fofinho.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfáceisrapidass.com.br/receita/30846-bolo-de-caneca-zero-carboidratos.html>