

BOLO DE MICRO-ONDAS DE BATATA DOCE (FITNESS)

INGREDIENTES

1 ovo inteiro

2 claras

1 colher de cacau em pó

1/2 colher de fermento

1/2 colher de margarina diet

1 colher de leite desnatado

150 g de batata doce cozidas

1 colher de adoçante

MODO DE PREPARO

Bata tudo no liquidificador.

Coloque em uma tigela pequena que possa ir ao micro-ondas.

Leve ao micro-ondas por 3 minutos em potência alta.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/32089-bolo-de-micro-ondas-de-batata-doce-fitness.html>