

# PÃO INTEGRAL EM 3 MINUTOS (NO MICRO-ONDAS)

## INGREDIENTES

1 ovo

2 colheres (sopa) de iogurte natural ou creme de leite

3 colheres (sopa) de farinha de trigo

3 colheres (sopa) de flocos de aveia finos

1 colher de fermento em pó

1 pitada de sal

## MODO DE PREPARO

Junte todos os ingredientes e misture bem. Coloque em um recipiente untado (quadrado de preferência). Leve ao micro-ondas por 3 minutos. Depois é só desenformar e cortar o pão ao meio.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/33502-pao-integral-em-3-minutos-no-micro-ondas.html>