

BOLINHO DE LARANJA DE CANECA (LIGHT)

INGREDIENTES

1 ovo

1 colher (sopa) iogurte natural

1 colher (sopa) açúcar mascavo

suco de 1 laranja

2 colheres (sopa) aveia em flocos

2 colheres (sopa) farinha de trigo integral

1 colher (chá) fermento em pó

1 colher (chá) chia

canela

raspas (casca) de laranja

MODO DE PREPARO

Em uma caneca grande (usei aquelas de sopa), bata o ovo, o iogurte, o açúcar mascavo e o suco de laranja (deixe 2 colheres de sopa para a cobertura).

Adicione a aveia, a farinha, o fermento, a chia, a canela e as raspas de laranja.

Misture tudo muito bem.

Leve ao micro-ondas por cerca de 3 minutos.

Em um outro potinho, misture o restante do suco de laranja (pode colocar as gominhas que ficam no suco) com 2 colheres (chá) de açúcar mascavo.

Leve ao micro-ondas por 1 minutinho e coloque por cima do bolo.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/33625-bolinho-de-laranja-de-caneca-light.html>