

# DELICIOSO BOLO DE CANECA LIGHT , FUNCIONAL E MOLHADINHO

## INGREDIENTES

- 1 ovo
- 2 colheres (sopa) de iogurte desnatado
- 1 banana madura amassada
- 1 colher (sopa) de farinha de aveia
- 2 colheres (sopa) de adoçante forno e fogão
- 1 colher (sobremesa) de fermento para bolo

## MODO DE PREPARO

Passa o ovo na peneira para tirar a pele.

Bata com o mixer o ovo até ficar um creme esbranquiçado.

Junte a banana e o iogurte e bata só um pouco para misturar.

Acrescente a aveia, o adoçante e mexa com uma colher.

Por último acrescente o fermento e misture.

Distribua em duas canecas.

Coloque no forno micro-ondas à 70% de sua potência por 2 minutos cada caneca.

Ele fica úmido e nem precisa de cobertura, mas se preferir acrescente sobre o bolo pronto 1 colher (sopa) de geleia diet de sua preferência.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/36979-delicioso-bolo-de-caneca-light-funcional-e-molhadinho.html>