

BOLO DE CHIA E IOGURTE DA SWEET CHILLI

INGREDIENTES

300 g de farinha de trigo (use farinha de arroz para uma opção sem glúten)

260 g de iogurte natural desnatado

5 ovos

150 g de açúcar demerara

30 g de fermento em pó Royal

60 ml de óleo de coco (pode usar o de canola também)

20 g de sementes de chia

3 colheres de sopa de passas brancas sem caroço

1 colher de sopa de semente de linhaça

MODO DE PREPARO

Reserve a chia, as passas e a linhaça. Bata o restante dos ingredientes na batedeira ou liquidificador até a massa ficar homogênea (eu prefiro na batedeira, acho mais rápido). Caso o iogurte escolhido possua soro, retire-o antes de adicioná-lo à mistura.

Adicione a linhaça e as passas e misture a massa com uma colher (não bata, queremos esses ingredientes inteiros).

Unte uma forma com óleo de coco (poucas gotinhas) e despeje a massa. Salpique a chia por cima e leve ao forno preaquecido a 160°C por 25 a 30 minutos.

Não abra o forno antes de 20 minutos. Espete a massa com um palito, o bolo estará pronto quando esse sair limpo.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/39344-bolo-de-chia-e-iogurte-da-sweet-chilli.html>