CREPE DA JHENNE (PARA DIABÉTICOS OU ALÉRGICOS A LACTOSE)

INGREDIENTES

MASSA:

Massa:2 copos e 1/2 de farinha de trigo

1 colher rasa de sobremesa de essência de baunilha(opcional)

1 copo de água

1 colher de sobremesa de açúcar ou adoçante

CALDA:

Calda:2 mandiocas médias muito bem cozidas

5 colheres de sopa de achocolatado em pó (Nescau)

3 colheres de sopa de açúcar ou 1 colher de sopa de adoçante

MODO DE PREPARO

RECHEIO:

Recheio:Amasse a mandioca bem, acrescente o achocolatado e o açúcar.

MASSA:

Massa:Misture todos os ingredientes da massa em um liquidificador, ela tende a ficar bem cremosa como uma vitamina.

Esquente uma frigideira anti-aderente untada com manteiga.

Ponha meia concha da massa e espalhe bem, quando dourar um lado vire para o outro e coloque no lado já dourado, o recheio.

Feche.

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/39447-crepe-da-jhenne-para-diabeticos-ou-alergicos-a-lactose.html