

BOLO CANECA INTEGRAL

INGREDIENTES

- 1 ovo
- 2 colheres sopa farinha trigo integral
- 1 colher sopa de canela
- 1 banana
- 1 colher de café de fermento
- 15 gotas de adoçante a gosto

MODO DE PREPARO

Amasse a banana e depois junte todos os outros ingredientes, misture bem.

Pode ser adicionado uva passas ou bananas em rodela.

Coloque em uma caneca ou tigela pequena.

Leve ao micro-ondas por 3 minutos.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/44994-bolo-caneca-integral.html>