MUFFIN PARA A SUA DIETA

INGREDIENTES

1 xícara mal cheia de aveia

complete a xícara com farinha de linhaça

1 xícara mal cheia de farinha de trigo

1/2 xícara de Splenda

1 colher de sopa rasa de fermento

4 colheres de sopa de oleo

3 colheres de cafe de canela em po

1 gema

água - até a massa ficar com a consistência de bolo, um pouquinho mais mole

MODO DE PREPARO

Misture bem os ingridientes (com uma colher) na ordem em que aparecem na receita e coloque em forminhas para muffim, em forminhas de papel (assim voce nao precisa untar as forminhas) - ou se preferir unte as forminhas e coloque a massa diretamente nas forminhas.

Leve ao forno por 20 minutos (180/200°C).

Rende seis muffins pequenos.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/45106-muffin-para-a-sua-dieta.html