

# BOLO INTEGRAL NO MICRO-ONDAS

## INGREDIENTES

2 xícaras de trigo integral  
2 xícaras de açúcar mascavo  
1 ovo  
2 colher de margarina  
1 colher de creme de leite  
1 banana prata  
1 colher de fermento  
açúcar  
canela

## MODO DE PREPARO

Primeiro na forma que for preparar o bolo coloque o açúcar, canela e corte a banana em pedaços longitudinais.

Despeje a massa do bolo: misture o trigo, açúcar mascavo, fermento, a margarina, ovo e o creme de leite.

Colocar no micro-ondas por 8 minutos, desenformar o bolo quente.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/50689-bolo-integral-no-micro-ondas.html>