

BOLO DE FIBRAS

INGREDIENTES

- 4 ovos (separados em gemas e claras)
- 1 1/2 xícaras de açúcar
- 1/2 xícara de margarina
- 2 1/2 xícaras de mistura de fibras (farelo de trigo, aveia em flocos e farinha de linhaça, em partes iguais)
- 1 xícara de granola
- 2 copos de iogurte natural (de preferência Activia)
- 1/4 xícara de óleo
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- 1 colher de café de bicarbonato de sódio
- 10 gotas de essência de baunilha
- 1 pitada de sal

MODO DE PREPARO

Preaqueça o forno em temperatura média.

Em uma tigela, bata as claras com a pitada de sal até o ponto de neve. Reserve.

Em uma outra tigela, bata as gemas com o açúcar até ficar cremoso.

Batendo sem parar, acrescente a manteiga, o óleo e, intercalando com a mistura de fibras, o iogurte.

Desligue a batedeira e acrescente a granola, misturando a massa com um fouet.

Misture as claras em neve à massa até ficar homogêneo.

Por fim, acrescente o fermento, o bicarbonato de sódio e a essência de baunilha.

Coloque a massa em uma assadeira untada com óleo e farinha de rosca e leve ao forno por volta de 30 a 40 minutos.

©2024 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/53968-bolo-de-fibras.html>