

PÃO DIET

INGREDIENTES

1 1/2 xícaras de farinha trigo integral

3 xícaras de farinha de trigo normal

1 xícara de azeite

3 xícaras de leite desnatado morno

1 colher de sopa de sal rasa

1/2 colher de sopa de açúcar

1/2 xícara de cebola picada

1 colher de sopa de alho amassado

2 ovos inteiros

50 g de fermento seco ou gelado

MODO DE PREPARO

No liquidificador coloque o azeite, o leite, os ovos, o fermento, o sal, o açúcar, a cebola e o alho.

Bata tudo.

Despeja em uma vasilha e acrescente a farinha.

Fica meio grudento, deixe crescer por 1 hora ou até dobrar de tamanho.

Coloca em uma forma untada com farinha de trigo ou milharina.

Assar em forno quente por 30 a 35 minutos.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/56179-pao-diet.html>