

# BOLO INTEGRAL COM FRUTAS SECAS DO TIO MAURICIO

## INGREDIENTES

- 4 ovos (separar claras e gemas)
- 2 xícaras (chá) de açúcar
- 1 xícara (chá) de farinha de trigo integral
- 2 xícaras (chá) de farinha de trigo
- 6-8 damascos secos picados
- 6-8 tâmaras secas picadas
- 1/2 xícara (chá) de nozes picadas
- 1 vidro (200 ml) de leite de coco ou 1 xícara (chá) de leite
- 1/4 xícara (chá) de uvas-passas escuras
- 1 colher (sopa) de fermento em pó

## MODO DE PREPARO

- Preaqueça o forno a 180
- Em uma tigela bata as claras em neve; reserve
- Em outra tigela bata as gemas e junte o açúcar até formar um creme amarelado e liso
- Adicione o leite de coco (vai ficar uma massa líquida)
- Adicione os damascos, as tâmaras, as uvas
- Continue a bater a massa e junte a farinha integral e a farinha comum
- Adicione o fermento
- Por último, as claras em neve reservadas previamente; bata levemente
- Passe a massa para a forma untada e leve ao forno a 180

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/9511-bolo-integral-com-frutas-secas-do-tio-mauricio.html>