

PANQUECA DE AVEIA

INGREDIENTES

1 ovo
3 colheres (sopa) cheias de farinha de trigo
50 ml de leite ou 1 colher (sopa) rasa de leite em pó com 50 ml de água
1 colher (sopa) cheia de aveia (farelo de aveia ou aveia em flocos finos)
1 colher (sopa) rasa de óleo de soja (ou óleo de coco)
2 pitadas de sal (para receita salgada)
1/2 colher (chá) de açúcar (para receita doce)
1 pitada de fermento (opcional)
1/3 colher (chá) de canela em pó ou 5 pitadas de canela (opcional)
manteiga ou óleo para untar
recheio a gosto

MODO DE PREPARO

Em um pote ou recipiente, bata o ovo com um garfo até fazer uma espuma
Acrescente a farinha e misture bem até formar um creme
Acrescente o leite e misture bem
Acrescente a aveia e o óleo
Acrescente o sal ou açúcar, o fermento e a canela
Separe uma frigideira e unte
Em seguida, despeje uma porção da massa
Ascenda o fogo e cozinhe em fogo baixo; espere a massa secar um pouco e tampe por cerca de 30 segundos
Quando a borda começar a soltar, vire
Repita o processo até a massa começar a ficar um pouquinho queimadinha/tostada e retire
Feita as demais porções, ponha o recheio de sua preferência e sirva

©2026 todos os direitos reservados a Elder Recetas Fáceis

<https://elderrecetasfaciles.com.br/receita/10291-panqueca-de-aveia.html>