

# MUFFIN SALGADO INTEGRAL DE CENOURA E PARMESÃO

## INGREDIENTES

- 1 cenoura média
- 2 ovos
- 1/4 de xícara de óleo
- 1/2 xícara de iogurte natural
- 1/2 xícara de farinha de trigo integral
- 1/4 de xícara de farelo de aveia
- 1/2 xícara de parmesão ralado na hora
- 1 colher (chá) cheia de fermento em pó

## MODO DE PREPARO

Bata no liquidificador a cenoura, ovos, óleo e o iogurte natural

Depois de bem batido, despeje em uma tigela e acrescente os demais ingredientes

Misture bem a massa e despeje em forminhas individuais

Asse em forno preaquecido a 180

©2025 todos os direitos reservados a Elder Recetas Fáceis

<https://elderrecetasfaciles.com.br/receita/11786-muffin-salgado-integral-de-cenoura-e-parmesao.html>