

# BOLO DE CANECA LOW CARB

## INGREDIENTES

- 1 banana nanica
- 1 ovo
- 1 colher (sopa) de farinha de aveia
- 1 colher (café) de canela em pó
- 1 colher (café) de cacau em pó se preferir, não é necessário

## MODO DE PREPARO

- Amasse a banana com um garfo
- Adicione o ovo e bata como se fosse um omelete
- Adicione a farinha de aveia e a canela em pó e misture bem
- Coloque a mistura em uma caneca de louça
- Leve no micro
- Espere esfriar e aproveite
- Obs

©2026 todos os direitos reservados a Elder Recetas Fáceis

<https://elderrecetasfaciles.com.br/receita/1465-bolo-de-caneca-low-carb.html>