

# BOLO DE CANECA FIT COM AVEIA

## INGREDIENTES

- 1 colher (sopa) de farinha de trigo (comum ou integral)
- 2 colheres (sopa) de flocos finos de aveia
- 3 colheres (sopa) de leite de vaca
- 3 colheres (sopa) de óleo de cozinha
- 2 colheres de achocolatado ou 3 de chocolate em pó
- 1/2 colher (café) de fermento em pó
- 1 ovo
- 3 colheres (sopa) de açúcar ou adoçante

## MODO DE PREPARO

Coloque numa caneca o ovo, o açúcar e o chocolate ou achocolatado

Coloque o leite e o óleo

Coloque a farinha e os flocos, dê uma misturada, após coloque o fermento

Leve no microondas por três minutos

©2026 todos os direitos reservados a Elder Recetas Fáciles

<https://elderrecetasfaciles.com.br/receita/3176-bolo-de-caneca-fit-com-aveia.html>