

# PÃO DELÍCIA DA BAHIA NA VERSÃO FIT

## INGREDIENTES

500 g de farinha de trigo integral  
100 ml de óleo de coco  
45 g de açúcar demerara  
10 g de sal  
1 ovo  
2 sachês de fermento biológico  
350 ml de leite sem lactose morno  
50 g de manteiga sem lactose derretida  
queijo ralado a gosto  
200 g de qualquer queijo sem lactose em cubos

## MODO DE PREPARO

Em uma vasilha funda, adicione metade do leite com o fermento, o óleo, o açúcar,

Mexa bem

um pouco da outra metade do leite

seguida faça as bolinhas

espaço de 0,5 cm entre elas

Asse no forno com temperatura baixa (170° C) de 20 a 25 minutos

©2026 todos os direitos reservados a Elder Recetas Fáciles

<https://elderrecetasfaciles.com.br/receita/6217-pao-delicia-da-bahia-na-versao-fit.html>