BOLO DE CANECA FIT

INGREDIENTES

- 1 clara de ovo
- 1 banana
- 2 colheres (sopa) de farelo de aveia
- 1 colher (café) de fermento
- canela em pó a gosto
- 1 colher (sopa) de mel ou 4 gotas de adoçante

MODO DE PREPARO

Bata a clara até ficar em neve

Adicione a banana amassada e coloque o farelo, a canela e por ultimo o fermento

Unte a caneca com um pouco de manteiga (para não grudar)

Despeje a mistura dentro da caneca untada e leve ao micro

© 2025 todos os direitos reservados a Elder Recetas Fáciles

https://elderrecetasfaciles.com.br/receita/9218-bolo-de-caneca-fit.html