

BOLO FIT DE DAMASCO

INGREDIENTES

- 2 xícaras de farinha de arroz integral
- 1/2 xícara de aveia em flocos finos
- 1 colher (sopa) fermento químico
- 3 ovos
- 1 xícara e 1/2 de leite
- 3 colheres (sopa) de mel
- 1/2 xícara de óleo de bagaço de azeite (ou óleo de girassol)
- 100 g de damasco seco
- 1 colher (chá) de essência de baunilha (opcional)

MODO DE PREPARO

- Misture todos os ingredientes secos num recipiente (farinha de arroz, aveia e fermento)
- Bata no liquidificador os ingredientes molhados (ovos, leite, mel, óleo, damasco e essência de baunilha)
- Depois misture tudo no recipiente e mexa até formar uma massa uniforme
- Unte a forma ou travessa com o óleo da receita e polvilhe com a aveia
- Asse em forno baixo ou 180º C, por cerca de 30 a 35 minutos
- Desligue o forno e espere 10 minutos antes de abrir

Dica

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitafacilrapida.com.br/receita/1303-bolo-fit-de-damasco.html>