



PREPARAÇÃO



BOLINHO INTEGRAL DE CACAU (COM OVO)



INGREDIENTES

- . 2 E 1/2 XÍCARAS DE CHÁ (300G) DE FARINHA DE TRIGO BRANCA;
- . 3/4 DE XÍCARA DE CHÁ (100G) DE FARINHA DE TRIGO INTEGRAL;
- . 1/2 XÍCARA DE CHÁ (40G) DE CACAU EM PÓ;
- . 1/2 XÍCARA DE CHÁ (100G) DE AÇÚCAR DEMERARA;
- . 2 E 1/2 XÍCARAS DE CHÁ (+/- 600ML) DE ÁGUA;
- . 3 OVOS;
- . 1/2 XÍCARA DE CHÁ (100ML) DE ÓLEO DE GIRASSOL;
- . 1 COLHER DE SOPA DE ESSÊNCIA DE BAUNILHA BRANCA;
- . 1 COLHER DE SOPA DE FERMENTO QUÍMICO EM PÓ;
- . 2 E 1/2 COLHERES DE SOPA (25G) DE SEMENTES PARA ENRIQUECER (QUINOA OU AMARANTO EM GRÃOS);
- . 2 COLHERES DE SOPA DE AVEIA FINA.

MODO DE PREPARO

EM UMA BACIA COLOQUE OS INGREDIENTES SECOS E MISTURE DELICADAMENTE. EM OUTRA BACIA COLOQUE OS OVOS, O ÓLEO E A ESSÊNCIA DE BAUNILHA, MISTURE TUDO E EM SEGUIDA COLOQUE NA MISTURA DOS INGREDIENTES SECOS, DEPOIS VÁ COLOCANDO A ÁGUA AOS POUCOS, ATÉ QUE FIGUE UMA MASSA HOMOGÊNEA. COLOQUE A MASSA NUMA FORMA UNTADA OU EM FORMINHAS DE CUPCAKE.

ASSE A 180°C POR CERCA DE 20 MINUTOS OU ATÉ A MASSA CRESCER.



céu de brásilia
EDUCAÇÃO INFANTIL

CONFIRA MUITAS OUTRAS RECEITAS NA NOSSA PÁGINA
WWW.ESCOLACEUDEBRASILIA.COM.BR