

# 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

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

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