

# BOLO DE CANECA FIT COM WHEY PROTEIN

## INGREDIENTES

1 ovo

3 colher (sopa) de farinha de aveia

1 colher (chá) de fermento para bolo

1 scoop do whey de sua preferência

## MODO DE PREPARO

Junte todos ingredientes em uma xícara e mexa até a massa ficar homogênea

Coloque no microondas por 1 minuto e 30 segundos ou 2 minutos (isso vai depender da potência do microondas)

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://areceitadavez.com.br/receita/3068-bolo-de-caneca-fit-com-whey-protein.html>