

Receita

Bolo de milho (sem leite e sem glúten)

Ingredientes:

- 1 lata de milho verde, escorrido ou milho retirado da espiga
- A mesma medida (1 lata) de flocão de milho
- ½ medida (lata) de açúcar
- 3 ovos
- 3 colheres de óleo
- 1 vidro de leite de coco de 200ml
- 1 colher de sopa de fermento em pó



Modo de preparo:

1. Bata no liquidificador, os ovos e o leite de coco
2. Acrescente aos poucos o óleo, o açúcar, o milho e o flocão
3. Bata até ficar homogêneo
4. Acrescente o fermento e misture delicadamente
5. Coloque em uma forma untada com óleo e fubá.
6. Leve ao forno por mais ou menos 40 minutos ou até dourar.

Nutricionistas