

Bolo de aveia com cacau

Ingredientes

ou

2 colheres de sopa de aveia em flocos finos sem glúten Mundo Verde Seleção (30 g)

ou

1 unidade de ovo de galinha (45 g)

ou

20 gramas de açúcar de coco Mundo Verde Seleção

ou

2 colheres de sopa de cacau, pó seco, sem adoçante (11 g)

ou

1 colher de sopa de óleo de soja (8 g)

ou

1 colher de café de fermento, bicarbonato de sódio (5 g)

Método de preparo

1

Misture tudo em uma caneca e leve ao micro-ondas por 3 minutos.