

Bolinho de especiarias

Super intestino

● Total 50 minutos 7 porções

Ingredientes

ou

2 xícaras de mix de farinhas funcionais

ou

1/2 colher de chá de condimento, gengibre, moído [2 g]

ou

1 colher de chá de condimento, canela, pó [3 g]

ou

1/2 colher de chá, moído de condimento, cardamomo [2 g]

ou

1 xícara de leite de coco

ou

3 colher de sopa de óleo vegetal, coco [5 g]

ou

1/2 colher de chá de condimento, cravo da Índia, moído [2 g]

ou

1/2 colher de chá de condimento, noz-moscada, moída [2 g]

Método de preparo

1

Bata o óleo de coco, açúcar até ficar um creme, misture os ovos. Acrescente a farinha, o leite e as especiarias e mexa até incorporar tudo. Adicione o fermento e envolva a massa. Asse por 30 minutos.

2

Bata o óleo de coco, açúcar até ficar um creme, misture os ovos. Acrescente a farinha, o leite e as especiarias e mexa até incorporar tudo. Adicione o fermento e envolva a massa. Asse por 30 minutos.