



# Bolo de Ameixa (sem açúcar, sem banana, sem leite e derivados)

## Ingredientes

---

- 3 maçãs sem casca
- 3 ovos
- 1/3 xícara (chá) de óleo vegetal (soja, coco ou azeite)
- 2 xícaras (chá) de flocos de aveia
- 1 xícara (chá) de ameixa seca
- 1 colher (sopa) fermento em pó

## Modo de Preparo

---

1. Bata todos os ingredientes no liquidificador, com exceção do fermento. Até obter uma mistura homogênea;
2. Em uma bacia, misture delicadamente o conteúdo do liquidificador com o fermento;
3. Coloque a massa em uma forma untada;
4. Leve pra assar em forno médio por aproximadamente 25 min.

*Juliana Fernandes*

NUTRICIONISTA

CRN 13101127