

Olá, amiguinhos! Abaixo estão algumas receitas bem gostosas para vocês... Aproveitem e coloquem a “mão na massa”...



Bolinho Cremoso de Cacau e Abobrinha

RENDIMENTO: **4 UNIDADES** | PREPARO: **00:30** | DIFICULDADE: **FÁCIL**

INGREDIENTES

- 1 xícara (chá) de aveia flocos finos
- 1 xícara (chá) de abobrinha ralada
- 3 colheres (sopa) de cacau em pó ou achocolatado
- 4 colheres (sopa) de açúcar demerara ou açúcar cristal
- 3 colheres (sopa) de óleo
- 1 colher (chá) de essência de baunilha
- 1 colher (chá) de fermento em pó

MODO DE PREPARO

- 1 Em um liquidificador, bata todos os ingredientes com 5 colheres (sopa) de água.
- 2 Despeje em forminhas de cupcakes ou de empadinhas, untadas com óleo e polvilhadas com cacau em pó, e leve para assar em forno médio (180 °C), preaquecido, por cerca de 25 minutos.
- 3 Desenforme ainda morno.

Cupcake de Banana com Aveia

RENDIMENTO: **12 UNIDADES** | PREPARO: **00:35** | DIFICULDADE: **FÁCIL**

INGREDIENTES

- 2 ovos
- 4 colheres (sopa) de óleo
- 1 xícara (chá) de leite
- 1 xícara (chá) de farinha de trigo
- 4 colheres (sopa) de açúcar mascavo
- 1 xícara (chá) de aveia em flocos finos

- 1 colher (sopa) de fermento em pó
- 2 bananas nanicas grandes picadas

MODO DE PREPARO

Em um recipiente misture o ovo, o óleo e o Leite. Adicione a farinha de trigo, o açúcar mascavo, a aveia e o fermento em pó e mexa até formar uma massa homogênea. Misture delicadamente a banana e despeje em forminhas de papel (número 0) dentro de forminhas para empada e leve para assar em forno médio-alto (200°C), preaquecido, por cerca de 30 minutos.

Bolo de Cenoura com Aveia

RENDIMENTO: **20 PORÇÕES** | PREPARO: **01:00** | DIFICULDADE: **FÁCIL**

INGREDIENTES

Bolo:

- 2 cenouras grandes
- 4 ovos
- meia xícara (chá) de óleo
- meia xícara (chá) de leite
- 1 e meia xícara (chá) de açúcar
- 1 e meia xícara (chá) de farinha de trigo
- 1 colher (sopa) de fermento em pó
- 1 xícara (chá) de aveia em flocos

Cobertura:

- 1 xícara (chá) de chocolate em pó
- meia xícara (chá) de açúcar
- 50 g de manteiga
- meia xícara (chá) de leite
- meia xícara (chá) de aveia em flocos

MODO DE PREPARO

Bolo:

- 1 Retire a casca das cenouras, corte-as em pedaços, lave-as e cozinhe-as cobertas com água.
- 2 Escorra a água, e deixe que as cenouras esfriem um pouco.
- 3 Em um liquidificador, bata as cenouras cozidas, os ovos, o óleo e o Leite.
- 4 Despeje a mistura em um recipiente e misture o açúcar, a farinha de trigo peneirada com o fermento em pó e a Aveia.
- 5 Coloque em uma forma retangular (20 cm x 30 cm) untada com manteiga e polvilhada com farinha de trigo, e leve ao forno médio (180°C), preaquecido, por cerca de 40 minutos.

Cobertura:

6 Em uma panela, misture o Chocolate em Pó com o açúcar, a manteiga e o Leite e leve ao fogo baixo.

7 Deixe ferver por 2 minutos, ou até engrossar.

8 Desligue o fogo, misture a Aveia e bata bem a cobertura com uma colher ou garfo. Coloque sobre o bolo ainda quente.

Cookies Integrais de Aveia e Abóbora

RENDIMENTO: **25 UNIDADES** | PREPARO: **00:25** | DIFICULDADE: **FÁCIL**

INGREDIENTES

- 2 xícaras (chá) de aveia em flocos
- 1 xícara (chá) de abóbora cabotchá (japonesa) cozida e amassada
- 4 colheres (sopa) de óleo
- 1 colher (chá) de canela em pó
- 3 colheres (sopa) de açúcar demerara
- uvas-passas ou chocolate picado para decorar

MODO DE PREPARO

1 Em um recipiente, misture a aveia, a abóbora e o óleo. Adicione a canela e o açúcar e misture bem.

2 Faça pequenas bolinhas e coloque sobre uma assadeira untada com óleo e pressione cada bolinha em forma de cookie.

3 Decore com as uvas-passas ou chocolate e leve ao forno médio (180°C), preaquecido, por cerca de 15 minutos ou até dourar.

Cookies Integrais de Chocolate

RENDIMENTO: **25 UNIDADES** | PREPARO: **00:25** | DIFICULDADE: **FÁCIL**

INGREDIENTES

- 2 xícaras (chá) de aveia em flocos
- 1 xícara (chá) de açúcar mascavo
- Meia xícara (chá) de manteiga ou margarina
- 1 ovo
- Meia colher (chá) de essência de baunilha
- 1 xícara (chá) de farinha de trigo, de preferência integral
- 1 colher (chá) de bicarbonato de sódio
- 1 colher (chá) de fermento em pó
- 1 pitada de sal
- Chocolate picado para decorar

MODO DE PREPARO

1 Em um recipiente, misture os ingredientes e amasse.

2 Faça pequenas bolinhas e coloque sobre uma assadeira untada com óleo e pressione cada bolinha em forma de cookie.

3 Decore com o chocolate e leve ao forno médio (180°C), preaquecido, por cerca de 15 minutos ou até dourar.