

BOLO DE MILHO VERDE DIET

Ingredientes

2 ½ copo (250ml) de milho cortado
3 ovos
2 colheres (sopa) sucralose
2 ½ copo (250ml) leite desnatado
1 ½ copo (250ml) fubá ou flocos de milho
½ copo (250ml) óleo de milho
1 colher (sopa) margarina ou manteiga
1 colher (sopa) amido de milho
1 colher (sopa) fermento em pó

Preparo

Bater no liquidificador o milho, os ovos, o leite, o óleo, a margarina, o adoçante e o amido.

Misturar em uma tigela o fubá e o fermento.

Juntar a parte que foi batida no liquidificador com a parte seca e misturar bem.

Levar para assar em assadeira untada e enfarinhada em forno médio por aproximadamente uma hora ou até que fique dourado.