



Porque cada momento é único



Gravidez 01 02 03 04 05 06 07 08 09 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40

As semanas da gestação Navegue pela linha do tempo do seu filho

Home » 1 a 3 anos » Alimentação

Alimentação

Receitas de petiscos livres de lactose

Publicado em 11.05.2012

Tweet Curtir 32

Bolinho de chuva, brigadeiro, bisnaguinha e pão de queijo. Guloseimas sem o açúcar do leite e cheias de sabor para incrementar o lanche da garotada no final de semana.



foto: 1 | 4

Bolinho de chuva*

Ingredientes:

- 2 colheres (sopa) cheias de leite em pó à base de soja sem lactose sabor banana (26 g).
- ½ xícara (chá) de açúcar (80 g)
- 2 ovos- 2 ¼ xícara (chá) de farinha de trigo (270 g)
- 1 colher (sopa) de fermento químico (10 g)

Para polvilhar:

- 3 colheres (sopa) de açúcar (36 g)
- 1 colher (chá) de canela em pó (3 g)

Modo de preparo:

Misture em uma tigela o leite em pó sem lactose e o açúcar. Acrescente 1 xícara (chá) de água (200 ml) e mexa para dissolver. Acrescente os ovos e adicione a farinha de trigo aos poucos, mexendo sempre para não formar grumos. Adicione até formar uma massa não muito mole, nem muito grossa (não é necessário usar toda a quantidade de farinha da receita). Por fim adicione o fermento em pó e misture bem. Faça bolinhas de massa com a ajuda de 2 colheres de sopa e frite-as em óleo quente até dourarem. Retire, com a ajuda de uma escumadeira e coloque em uma travessa forrada com papel absorvente. Polvilhe os bolinhos com açúcar e canela e sirva em seguida.

Rendimento: 30 bolinhos.

Tempo de preparo: 20 minutos.

Varição: Você pode substituir o leite sabor banana pelos sabor chocolate.

Dica: Para os bolinhos não ficarem crus por dentro, abaixe o fogo na hora de fritar, dessa maneira o óleo não aquecerá demais.



Receba newsletters GRÁTIS!

Acompanhe o desenvolvimento do seu bebê, desde a gestação até os cinco anos de idade.

Cadastre-se

PUBLICIDADE:



Ofertas

90% OFF aqui!



Ofertas Exclusivas, de arrasar pra você



Bebê do dia: yasmin



Ver todos os álbuns