



Receitas em vídeo Sobremesas

Bolo Nestum

3 15 min.

Fácil

€ Económico

X 12 doses

Ingredientes

100 g de Nestum Mel 200 g de farinha com fermento 300 g de açúcar 6 ovos

1 chávena de óleo

1 c. sobremesa de fermento em pó

Informação nutricional

Energia	344,6 kcal	17%*
Proteínas	4,7 g	9%*
Lípidos	16,3 g	23%*
Hidratos de Carbono	44,7 g	17%*
*DR - Doses de Referência para um adulto médio (8400		
kJ / 2000 kcal)		

Preparação

- 1 Juntar todos os ingredientes e misturá-los bem. Colocar numa forma untada de manteiga e polvilhada de farinha.
- 2 Levar ao forno a 180º durante 35 minutos.