

Ovos de Páscoa sem leite e sem glúten

<https://sem lactose.com/2019/03/15/ovos-de-pascoa-sem-leite-e-sem-gluten/>

Atualizado em: novembro 26, 2019

Quem não ama ganhar um ovo de Páscoa daqueles bem recheados, cremosos e lindos de ficar babando? Mesmo que você tenha restrição à lactose, proteína do leite ou ao glúten, saiba que tem muita gente por aí preparando ovos de Páscoa maravilhosos feitos especialmente pra você!!

Demos uma mergulhada nos perfis do Instagram para encontrarmos esses cantinhos escondidos de chefs de cozinha, confeitarias e lojas de alimentos naturais e encontramos diversas opções deliciosas para todos os gostos. Muitos desses estabelecimentos são de alimentação vegana, ou seja, eles trabalham apenas com produtos isentos de ingredientes de origem animal. A maioria dos locais que selecionamos oferece ovos de Páscoa isentos de leite e glúten.

Quer aprender a fazer uma alimentação sem leite, nutritiva e sem abrir mão do prazer?

SAIBA MAIS
SOBRE O
CURSO

Alguns estabelecimentos **tem ovos de Páscoa para pronta entrega, já outros só vendem por encomenda**. Se você acha que ainda é cedo para fazer o seu pedido, não se engane! Muitos locais encerram o recebimento de encomendas até 2 semanas antes da Páscoa. Acesse o link do perfil do Instagram de cada local para buscar os dados de contato e fazer a sua encomenda.

São Paulo

Parise Gourmet [@parisegourmet](#)

Cozinha Isso Pode [@cozinhaissopode](#)

Choco Vegan [@choco_vegan](#)

Encanto do Cacau [@encantodocacau](#)

Veganza Empório [@veganzaemporio](#)

Meraki Cozinha vegana [@merakicozinhavegana](#)

Bolo da Terra [@bolodatterra](#)

Empório Mais Verde [@emporiomaisverde](#)

Rio de Janeiro

Doce Vegana [@docevegana](#)

Chef Julie Marie – ovos veganos, sem zero lactose, low carb e diet – Cabo Frio, RJ [@chefjulymarie](#)

Minas Gerais

Ovelha Negra Culinária Vegana [@ovelhanegraveg](#)

Seleve Momentos Saudáveis – Padaria artesanal sem glúten, sem lácteos, sem açúcar refinado e conservantes – Lourdes, Belo Horizonte, MG [@seleve_seleve](#)

Chocolate Lab – Confeitaria vegana e saudável. Opções seguras para alérgicos. [@euamochocolatelab](#)

Venne Mercenaria – ovos de páscoa veganos [@vennemercearia](#)

Salvador

Das Duas – Confeitaria sem glúten e sem lactose – Shopping Boulevard [@das_duas](#)

Paraná

To Go Curitiba – Bistrot e café 100% sem glúten e opções sem lactose [@togo.curitiba](#)

Naturalmente Veggie – Curitiba, PR [@naturalmenteveggie](#)

Piauí

Comfithe Brigaderia em glúten e sem lactose – Teresina, Piauí [@comfithe](#)

Rio Grande do Sul

Amora Sabores Especiais – Bento Gonçalves, RS [@amorasaboresespeciais](#)

Rainha Omega Vegan Food – Alimentação vegana e orgânica. Porto Alegre, RS [@rainhaomegaveganfood](#)

Espirito Santo

Chef Vegan – Cozinha especializada em alimentos saudáveis e funcionais. Vitória, ES [@chefvegan1](#)

Distrito Federal

Quitutices – Brasília, DF [@quitutices](#)

Biomundo – Brasília e outras cidades do DF [@lojabiomundo](#)