

BOLO DE BANANA FUNCIONAL FITNESS

INGREDIENTES

- 3 ovos
- 1 iogurte integral (usei para substituir o óleo)
- 2 xícaras de aveia (flocos finos + farelo de aveia)
- 1 colher (sopa) de fermento
- 1 colher (sopa) de canela em pó
- 1 maçã
- 2 xícaras de passas
- 1 xícara de ameixa sem caroço

MODO DE PREPARO

No liquidificador, bata bem a banana, os ovos, o iogurte, a maçã picada e as passas

Em outro recipiente, coloque a aveia, as ameixas picadas, o fermento e a canela em pó, e misture bem

Em seguida, adicione à essa mistura de sólidos os líquidos batidos no liquidificador e torne a misturar bem

Despeje em forma untada com manteiga e farinha, salpique a canela

Leve ao forno preaquecido a 180º C por 40 minutos ou até que, ao espetar um palito, o mesmo saia seco

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitaecozinha.com.br/receita/163-bolo-de-banana-funcional-fitness.html>