

TORTA DE MAÇÃ CROCANTE FIT

INGREDIENTES

1 colher (sopa) de amido de milho
1 colher (sopa) de suco de limão
1/4 de xícara de mel
1 colher (chá) de canela
1 pitada de noz-moscada
1 pitada de sal
6 maçãs
4 bananas-prata
1/2 xícara de farinha de amêndoas
1 xícara de aveia em flocos
1 xícara de açúcar mascavo
1/2 xícara de óleo de coco

MODO DE PREPARO

Em uma tigela, misture o amido de milho com o suco de limão
Acrescente o mel, a canela, a noz
Adicione as maçãs e as bananas cortadas em cubos; mexa bem e reserve
Em outro recipiente, misture a farinha de amêndoa, a aveia, o açúcar mascavo e o óleo de coco
Unte uma forma com manteiga
Comece com uma camada da mistura de farinha (cerca de 1/4 da mistura)
Recheie com a mistura de maçãs e bananas
Acrescente o restante da mistura de farinha
Leve ao forno preaquecido (180° C) por 40 minutos

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitaecozinha.com.br/receita/4008-torta-de-maca-crocante-fit.html>