

CUCA FAROFA DE BANANA

INGREDIENTES

- 6 bananas cortadas em rodela
- 1 xícara farinha de trigo
- 1/2 xícara farelo de aveia
- 1/2 xícara farinha de trigo integral
- 2 colher (sopa) de semente de linhaça
- 2 colher (sopa) de quinoa
- 6 colher (sopa) açúcar mascavo
- 3 colher (sopa) de óleo de coco, manteiga clarificada, manteiga ou margarina
- 2 ovos batidos com 2 colheres de açúcar mascavo
- 1 colher (sopa) fermento em pó

MODO DE PREPARO

- Faça uma farofa com todos os ingredientes, menos os ovos batidos
- Alterne em uma forma untada, uma camada de bananas e uma de farofa
- Despeje os ovos por cima
- Leve ao forno preaquecido a 180

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitaecozinha.com.br/receita/7647-cuca-farofa-de-banana.html>