

BOLO DE BANANA ZERO AÇÚCAR

INGREDIENTES

3 ovos grandes inteiros

200 ml de leite de coco

2 colheres (sopa) bem cheias de óleo de coco (ou manteiga sem sal)

1 xícara de farelo de aveia

2 bananas grandes bem maduras

canela em pó a gosto

1 colher (sopa) bem cheia de fermento químico em pó

2 colheres (sopa) de uva-passa (ou 8 ameixas-seca sem caroço) (opcional)

MODO DE PREPARO

Bata as 3 claras em neve e reserve

No liquidificador bata até ficar homogêneo as 3 gemas, o leite de coco, o óleo de coco (ou manteiga), o farelo de aveia, as bananas, as uvas

Acrescente o fermento e bata novamente até misturar bem

Adicione a mistura delicadamente às claras em neve

Asse em forno preaquecido a 200

©2026 todos os direitos reservados a Elder Recetas Fáceis

<https://elderrecetasfaciles.com.br/receita/10782-bolo-de-banana-zero-acucar.html>