BOLO FITNESS DE BANANA COM CACAU

INGREDIENTES

5 ovos

4 bananas prata

1/2 xícara de açúcar mascavo

3 colheres (sopa) de cacau em pó

4 colheres de azeite de oliva extra virgem

1 xícara de aveia em flocos finos

1 colher (sopa) de café coado

1 colher de fermento químico

pedaços de chocolate amargo 70% a gosto

MODO DE PREPARO

Bata no liquidificador os ovos, o açúcar mascavo, o azeite, 3 bananas e o cacau, até obter uma mistura homogênea

Depois adicione a aveia, o café e o fermento; misture bem, sem bater

Coloque a massa em uma forma untada e enfarinhada

Decore com a última banana cortada em rodelas e pedaços de chocolate amargo 70

Asse em forno preaquecido a 180

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/10038-bolo-fitness-de-banana-com-cacau.html