

# BOLO DE BANANA SEM AÇÚCAR COM CALDA DE TÂMARA

## INGREDIENTES

8 bananas maduras

3 ovos

1 1/2 xícara (chá) de farinha de aveia

1 colher (sopa) de fermento químico em pó

1 colher (chá) de canela em pó

1 colher (chá) de Becel Amanteigado

2 colheres (sopa) de farinha de arroz

8 tâmaras

2 xícaras (chá) de água

4 ameixas em calda (opcional)

## MODO DE PREPARO

Pré-aqueça o forno a 180°C.

Unte uma forma (28x18cm) com Becel Amanteigado e com a farinha de arroz.

Amasse 6 bananas e corte 2 bananas em rodelas.

No bowl, misture os ovos com a aveia. Acrescente a banana amassada e a canela e misture até obter uma massa homogênea. Por último, adicione o fermento e mexa.

Despeje a massa na forma e decore com as rodelas de banana por cima.

Leve ao forno por cerca de 30 minutos ou até o bolo estar totalmente assado e dourado.

Retire o caroço das tâmaras.

Leve uma panela pequena (15cm) ao fogo alto com a água, as tâmaras e as ameixas.

Deixe ferver até reduzir o líquido pela metade.

Transfira para o liquidificador e bata por 1 minuto. Peneire e sirva por cima do bolo.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/13261-bolo-de-banana-sem-acucar-com-calda-de-tamara.html>