

# BOLO FIT DE BANANA, AMEIXA E DAMASCO

## INGREDIENTES

3 bananas nanicas  
6 damascos secos  
10 ameixas secas  
1 ovo  
1/2 xícara de óleo de soja  
1 xícara de leite  
1 xícara de farinha de trigo  
1 xícara de farelo de aveia  
1 xícara de açúcar mascavo  
1 colher de fermento químico em pó  
canela em pó a gosto

## MODO DE PREPARO

Em um refratário pique em pedaços pequenos os damascos, as ameixas e uma banana.

Acrescente o farelo de aveia e a canela; misture e reserve.

Adicione o restante dos ingredientes, exceto o fermento, no liquidificador e bata até obter uma massa homogênea.

Misture a massa obtida da liquidificação com a mistura reservada e acrescente o fermento.

Unte uma assadeira.

Coloque para assar em forno preaquecido a 180º C por cerca de 40 minutos.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/14202-bolo-fit-de-banana-ameixa-e-damasco.html>