

# BOLO DE BANANA E MAÇÃ SEM GLÚTEN

## INGREDIENTES

- 1 maçã
- 3 bananas pratas
- 1 xícara de leite
- 1 xícara de aveia em flocos
- 1 xícara de farinha de arroz
- 1 xícara de açúcar mascavo
- 3/4 de xícara de granola
- 1 colher (sopa) de canela em pó
- 1/2 xícara de óleo de coco
- 1 e 1/2 colher (sopa) de fermento em pó

## MODO DE PREPARO

No liquidificador, bata 1 banana, o leite, o óleo de coco e os ovos e reserve.

Em uma tigela, misture a aveia, a farinha, o açúcar, a granola e a canela.

Depois de bem misturado, adicione a massa que está no liquidificador e misture bem.

Pique as três bananas e a maçã e misture à massa.

Em uma assadeira (de preferência de pudim), passe um pouco de óleo de coco e canela.

Despeje a maçã e leve para assar no forno preaquecido até dourar.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/16358-bolo-de-banana-e-maca-sem-gluten.html>