

# BOLO INTEGRAL

## INGREDIENTES

4 ovos

6 bananas nanicas

1/2 xícara (chá) de óleo

3 xícaras (chá) de aveia

2 xícaras de açúcar mascavo

2 colheres (sopa) de canela em pó opcional

1 colher (sopa) de fermento em pó

## MODO DE PREPARO

Em um recipiente, adicione os ingredientes secos, menos o fermento.

Em um liquidificador, adicione as bananas, os ovos e o óleo, misture até virar um creme.

Misture o conteúdo do liquidificador com os ingredientes secos, misture até que fique bem homogêneo e depois acrescente o fermento.

Em uma forma untada, adicione a massa, depois leve ao forno em 180 °C por aproximadamente 45 minutos.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidass.com.br/receita/16910-bolo-integral.html>