PANQUECA DE BANANA FIT FÁCIL

INGREDIENTES

2 bananas médias

1 ovo

1 colher (sopa) farinha de arroz integral

1 colher (sopa) de farelo de aveia

adoçante a gosto

canela a gosto

MODO DE PREPARO

Bata os ovos, amasse as bananas e misture até que fique homogêneo.

Adicione os demais ingredientes e misture.

Frite em uma assadeira antiaderente ou use um fio de azeite para untar.

Bom apetite!

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/18041-panqueca-de-banana-fit-facil.html