

# BOLO CUCA DE BANANA INTEGRAL

## INGREDIENTES

### MASSA:

Massa: 2 xícaras de farinha de trigo integral

1 xícara de amido de milho

2 xícaras de açúcar mascavo

4 ovos

3 colheres (sopa) de margarina light

3/4 de leite desnatado

1 colher (sopa) de fermento químico em pó

### RECHEIO E FAROFA:

Recheio e farofa: 8 bananas prata

2 xícaras de açúcar mascavo

2 xícaras de farinha de trigo integral

1 xícara de farinha de trigo branca

2 colheres rasas de canela em pó

2 colheres de margarina light

## MODO DE PREPARO

### MASSA:

Massa: Separe as gemas das claras.

Bata na batedeira 1 xícara de açúcar mascavo, as 4 gemas e a margarina até formar um creme.

Acrescentar a farinha de trigo integral.

Acrescente o amido de milho e bata por 1 minuto.

Adicione o leite e bata.

E por último o fermento e bata por mais 1 minuto.

Bata as claras em neve com o restante do açúcar até o ponto de suspiro (bem firme).

Misture a massa às claras batidas delicadamente com uma colher ou garfo.

### RECHEIO E FAROFA:

Recheio e farofa: Corte as bananas em rodela.

Misture o açúcar mascavo, a margarina, a farinha de trigo integral, a farinha de trigo branca e a canela até formar uma farofa.

Coloque metade da massa numa forma de aproximadamente 25 cm de diâmetro untada com óleo e farinha de trigo integral.

Logo em seguida, coloque a metade das bananas e por cima metade da farofa.

Repita os passos 2-3-4 respectivamente.

Leve ao forno preaquecido a 180° C a 200° C, por mais ou menos 40 minutos (vai depender do seu forno)

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/20040-bolo-cuca-de-banana-integral.html>