

MUFFIN FIT DE BANANA E CHOCOLATE

INGREDIENTES

4 colheres (sopa) de farinha integral

2 ovos

2 bananas cortadas

3 colheres (sopa) de aveia

3 colheres (café) de fermento

1 barra de chocolate amargo

1 colher (café) de essência de baunilha

2 colheres (sopa) de leite desnatado

MODO DE PREPARO

Misture todos os ingredientes, menos o chocolate.

Coloque a massa nas forminhas.

Corte e coloque os chocolates em cima da massa.

Coloque as forminhas em cima de um prato e leve ao no micro-ondas, por 4 minutos.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/20797-muffin-fit-de-banana-e-chocolate.html>