

MUFFIN INTEGRAL MAÇÃ E BANANA

INGREDIENTES

3 ovos

1 xícara óleo vegetal (soja, girassol, coco, etc.)

1 xícara de açúcar mascavo

1 xícara de farinha de trigo integral

1/2 xícara de aveia fina ou média

1 colher (chá) de canela

2 bananas picadas em cubos pequenos

1 colher (sopa) rasa de fermento químico

1 maçã picada em cubos pequenos

pedaços de castanhas (opcional)

MODO DE PREPARO

Bata os ovos e o açúcar.

Adicione o óleo e misture bem.

Adicione a farinha e a aveia, misture bem.

Coloque a canela e as frutas picadas

Adicione o fermento.

Divida a massa em formas individuais, como cupcake, se optar em usar as castanhas, adicione nas formas individuais em pedaços grandes.

Leve para assar em forno preaquecido, em temperatura de 180° C, por 15 minutos ou até estar assado.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/22556-muffin-integral-maca-e-banana.html>