

PANQUECA DE BANANA COM CACAU LIGHT

INGREDIENTES

MASSA:

Massa: 1 ovo

1 colher (sobremesa) rasa de aveia

1 colher (sobremesa) rasa de tapioca

1 colher rasa de cacau em pó

RECHEIO:

Recheio: 1 banana

MODO DE PREPARO

MASSA:

Massa: Misture o ovo, a aveia, a tapioca e o cacau em pó.

Leve para frigideira antiaderente (não pode ser outra).

Não precisa usar óleo ou manteiga, pois a frigideira não vai agarrar.

RECHEIO:

Recheio: Amasse a banana e leve, por 30 segundos, no microondas, salpique canela a gosto.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/22616-panqueca-de-banana-com-cacau-light.html>