

BARRA DE CEREAL CASEIRA COM CASTANHAS

INGREDIENTES

3 bananas amassadas

2 xícara de aveia ou farelo de aveia

1 e 1/2 xícara de castanhas,

canela a gosto

açúcar mascavo a gosto

assadeira untada com óleo de coco ou margarina

MODO DE PREPARO

Misture todos os ingredientes e coloque na assadeira.

A consistência é de papinha de bebê.

Faça os cortes na massa do tamanho que quiser que as barrinhas tenham.

Asse em fogo médio por 30 minutos.

Termine de cortar as barrinhas com a massa ainda quente.

Espere esfriar e deguste.

Guarde na geladeira.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/23192-barra-de-cereal-caseira-com-castanhas.html>