MUFFIN FITNESS DE BANANA

INGREDIENTES

4 colheres (sopa) de aveia

2 ovos

2 colheres (sopa) de leite

4 colheres (sopa) de farinha de aveia

2 bananas cortadas em rodelas

2 colheres (sobremesa) de fermento em pó

4 colheres (sopa) de açúcar

canela a gosto (opcional)

MODO DE PREPARO

Misture todos os ingredientes em uma tigela até que a massa fique homogênea (não se preocupe com os pedaços de banana).

Despeje a massa em forminhas de silicone, mas só preencha até a metade, pois ela irá crescer.

Leve as forminhas para o microondas e deixe cerca de 4 minutos, dependendo da potência do seu microondas.

Após retirar do microondas, desenforme ainda quente e sirva em uma travessa.

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/24114-muffin-fitness-de-banana.html