

BISCOITO INTEGRAL DE AVEIA E BANANA

INGREDIENTES

- 1 xícara de flocos finos de aveia
- 2 bananas bem amassada
- 3 xícaras de farinha de trigo integral
- ½ xícara de açúcar mascavo
- ½ xícara de açúcar demerara (ou cristal)
- 180 g de margarina (temperatura ambiente)
- 1 colher (café) de canela em pó (opcional)
- 1 colher (café) de linhaça (opcional)
- 1 colher (café) de gergelim (opcional)
- 1 colher (café) de babaçu (opcional)
- 1 colher (café) de cacau em pó (opcional)

MODO DE PREPARO

Em um recipiente, amasse bem a banana e misture com a margarina.

Acrescente os demais ingredientes e amasse com as mãos até ficar homogêneo.

Modele a massa em bolinhas e achate com a palma das mãos ou com ajuda de um garfo.

Disponha em forma untada e polvilhe o cacau sobre os biscoitos.

Preaqueça o forno por 5 minutos e coloque os biscoitos para assar em forno médio/baixo por 30 minutos, aproximadamente.

Espere esfriar para servir.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/24360-biscoito-integral-de-aveia-e-banana.html>