

BOLO DE BANANA COM AVEIA, FARINHA DE TRIGO INTEGRAL E AÇÚCAR MASCAVO

INGREDIENTES

4 ovos inteiros

2 xícaras de açúcar mascavo

2 xícaras de farinha de trigo integral (1 peneirada e outra sem peneirar)

1 xícara de leite desnatado

1 colher (sopa) de fermento em pó (royal)

4 bananas prata amassadas

2 xícaras de aveia em flocos

4 bananas d'água picadas

1 colher (sopa) rasa de canela em pó

2 a 3 bananas d'água fatiadas para espalhar no fundo da fôrma

canela para polvilhar sobre o bolo e para untar

4 colheres de açúcar mascavo

100g de castanha de caju quebradas

MODO DE PREPARO

Em uma batedeira, bata os ovos por 10 minutos em velocidade máxima.

Acrescente o açúcar mascavo e bata por mais 3 minutos.

Adicione a farinha de trigo integral e bata por mais 2 minutos.

Acrescente o leite e bata por mais 2 minutos.

Coloque a batedeira em velocidade mínima e acrescente o fermento, a banana prata amassada, a canela e a aveia.

Enquanto bate por 5 minutos, coloque as 4 colheres de açúcar mascavo numa panela em fogo baixo e mexa até derreter.

Acrescente as bananas d'água picadas e mexa mais um pouco.

Em seguida, unte uma forma grande com furo central usando manteiga e, depois, com farinha integral e canela em pó.

Espalhe pelo fundo da forma a banana fatiada.

Desligue a batedeira, acrescente a calda na massa e espalhe levemente com uma colher.

Espalhe a massa na forma e leve para assar por 50 minutos em fogo médio (180° C).

Faça o teste do garfo e, assim que este vier quase seco, estará pronto.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfáceisrapidass.com.br/receita/26341-bolo-de-banana-com-aveia-farinha-de-trigo-integral-e-acucar-mascavo.html>