

PANQUECA DOCE LIGHT

INGREDIENTES

1 banana

1 ovo

2 colheres de farinha de aveia

1/2 maçã (opcional)

mel

MODO DE PREPARO

Junte todos os ingredientes no liquidificador e bata.

Despeje a mistura em uma frigideira antiaderente.

Asse de um lado.

Vire e asse do outro.

Depois de pronta, sirva com mel.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/29300-panqueca-doce-light.html>