

PANQUECA DE BANANA E PÃO

INGREDIENTES

MASSA:

Massa: 1 banana

2 ovos

1 pão francês

200 ml de creme de leite

3 colheres de sopa de azeite

1 colher de sobremesa de shoyu

1/2 cebola média

1/2 pimentão médio

RECHEIO:

Recheio: Escolha uma opção de recheio (carne moída, frango, queijo, bacon, calabresa etc)

2 colheres de sopa de creme de leite

1 colher de requeijão

milho a gosto

ervilha a gosto

batata palha a gosto

MOLHO:

Molho: 1 tomate médio

1 colher de sopa de orégano

1 colher de sopa de amido (maizena)

2 colheres de sopa de queijo parmesão ralado

MODO DE PREPARO

MASSA:

Massa: Corte a cebola e o pimentão em cubinho pequenos.

Coloque os demais ingredientes da massa no liquidificador e bata por 20 segundos na velocidade máxima. Coloque a cebola e o pimentão e bata 3 vezes no pulsar.

Aqueça uma frigideira com um fio de óleo e deixe esquentar bastante.

Despeje a mistura da massa em uma quantidade equivalente a uma xícara de café na frigideira e espalhe uniformemente até obter a consistência desejada, depois vire para que possa dourar o outro lado.

Retire da frigideira e separe em uma travessa.

Repita o mesmo processo com as demais.

Verifique a quantidade de panquecas que foram feitas e determine duas colheres de sopa de recheio para cada panqueca. Ex.: 10 panquecas, 20 colheres do recheio.

RECHEIO:

Recheio:

MOLHO:

Escolha o recheio de sua preferência e misture em uma panela todos os ingredientes, menos a batata palha, em fogo baixo, mexa bem até misturar.

Desligue o fogo e coloque um pouco de batata palha.

Recheie as panquecas e enrole, uma por uma, coloque em uma travessa.

Molho: Leve todos os ingredientes do molho para o liquidificador e misture.

Despeje por cima das panquecas, cubra com batata palha e leve ao forno em temperatura média por 12 minutos.

Sirva com arroz, salada, ovos de codorna e molho barbecue.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/30787-panqueca-de-banana-e-pao.html>