

# BANANA AMASSADA COM MEL

## INGREDIENTES

2 bananas (para 1 pessoa)

1 colher de sopa rasa de açúcar mascavo

1/2 colher de sopa cheia de neston e/ou farinha láctea

1 colher de café de mel

Leite ninho

## MODO DE PREPARO

Amasse as bananas com um garfo em um prato fundo (se a banana estiver dura, jogue um pouco de água, mas só uma mão).

Misture o mel e o açúcar mascavo na banana.

Junte o neston e/ou a farinha láctea e misture tudo junto.

Polvilhe com leite ninho, farinha láctea e/ou o neston.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/33357-banana-amassada-com-mel.html>