

TORTA LIGHT DE BANANA NA FRIGIDEIRA

INGREDIENTES

1 ovo inteiro

1 colher de sopa de açúcar light para forno e fogão

1/2 xícara de leite desnatado

4 colheres de sopa cheias de farinha de trigo branca

4 colheres de sopa cheias de farinha de trigo integral

1 colher sobremesa de fermento em pó

3 bananas maduras cortadas em rodelas

frigideira com teflon

óleo para untar a frigideira

canela e açúcar light para finalizar

MODO DE PREPARO

Em uma vasilha, bata bem o ovo com o açúcar light, acrescente o leite e as farinhas.

Vá acertando o ponto para ficar com consistência pastosa (como massa de panqueca), coloque o fermento e misture bem.

Por último acrescente as bananas cortadas, amasse levemente com o garfo somente para integrar melhor na massa.

Despeje a massa na frigideira já untada e quente, abaixe o fogo para o mínimo e tampe a frigideira.

Vire quando estiver assado por baixo, tampe novamente.

Espete um palito no centro, se sair limpo, está pronto.

Polvilhe a canela misturada com um pouco de açúcar.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/33766-torta-light-de-banana-na-frigideira.html>