

# BOLO DE BANANA (INTEGRAL)

## INGREDIENTES

3 ovos

1/2 xícara (chá) de óleo de girassol

1 e 1/2 xícara (chá) de açúcar

6 bananas pratas maduras

1 copinho de iogurte semidesnatado

1 xícara (chá) de farinha de trigo branca

1 xícara (chá) de farinha de trigo integral

1/2 xícara (chá) de aveia fina

1/2 xícara (chá) de farinha de linhaça

1 colher (sopa, mal cheia) de fermento em pó

açúcar e canela para polvilhar as bananas

1 xícara (chá) de açúcar e 1/2 xícara (chá) de água fria para a calda

## MODO DE PREPARO

Prepare a calda de açúcar com a água e o açúcar e caramelize por inteiro uma forma com furo no meio.

Corte 4 bananas em rodelas e passe-as numa mistura de canela e açúcar.

Espere a calda esfriar e espalhe as rodelas de banana pelo fundo da forma e algumas nas laterais.

Bata no liquidificador os ovos inteiros, as duas bananas restantes, o iogurte e o óleo.

Numa tigela à parte, misture todos os ingredientes secos.

Agregue a mistura do liquidificador à essa mistura mexendo bem sem bater.

Coloque na assadeira caramelizada e leve ao forno médio de 30 a 45 minutos, ou até que ao espetar a massa, o palito saia seco.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/35027-bolo-de-banana-integral-2.html>