

# BOLO DE BANANA INTEGRAL COM IOGURTE NO LIQUIDIFICADOR

## INGREDIENTES

- 3 ovos
- 1 copo de açúcar mascavo
- 1/2 copo de óleo de coco
- 1 copo de iogurte desnatado
- 1 e 1/2 copo de leite (medida do de iogurte)
- 1 copo de farinha de trigo integral
- 1 copo de gérmen de trigo
- 1 colher de sopa de fermento
- 5 bananas pratas
- 1 maçã
- 3 colheres de sopa de uvas passas
- 6 ameixas sem caroços picadas em 4
- 1 colher de sopa de achocolatado em pó
- 1 colher de sopa de açúcar mascavo
- 1 colher de café de canela em pó

## MODO DE PREPARO

Bata bem os ovos com o açúcar e o óleo. Acrescente os demais ingredientes deixando o fermento em pó por último, pois este deve ser batido por tempo suficiente para misturar.

Unte uma forma com margarina e coloque 3 bananas cortadas em "fatias horizontais". Polvilhe por cima a mistura do açúcar com canela e achocolatado.

Coloque metade da massa do liquidificador. Distribua as passas, ameixas e maçã. Cubra com o restante da massa. E corte em rodela as 2 bananas restantes e distribua por cima.

Leve para assar em forno preaquecido a 200°C por 15 minutos.

Mude para 180°C até que, ao espetar com uma faca no centro do bolo ela saia limpa.

Bom apetite!

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/40906-bolo-de-banana-integral-com-iogurte-no-liquidificador.html>