

# BOLO DE BANANA SAUDÁVEL – SEM AÇÚCAR

## INGREDIENTES

- 5 bananas
- 1 maçã (cortada em cubinhos com casca)
- 1 xícara de uva passas
- 1/2 xícara de óleo
- 3 ovos
- 2 colheres (sopa) margarina light
- 2 xícaras de aveia em flocos
- 1/2 xícara de farinha de linhaça
- 1 colher (sopa) pó royal
- 1 colher (sopa) canela em pó
- 1 colher (sopa) nozes picadinho
- 1 colher (sopa) castanh-do-pará picadinha

## MODO DE PREPARO

Coloque no liquidificador 4 bananas cortadas em rodela, uva passas, o óleo, os ovos e a margarina light.

Bata tudo até formar um creme.

Depois de batido coloque o creme em uma tigela e acrescente a aveia em flocos, a farinha de linhaça, a banana que sobrou picadinha, a maçã picadinha, o pó royal, e a canela em pó. Misture bem.

Misture também os nozes e a castanha-do-pará.

Leve ao forno em forma untada e polvilhada.

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/43212-bolo-de-banana-saudavel-sem-acucar.html>