

# BOLO FAROFA DE BANANA DIET

## INGREDIENTES

### FAROFA:

Farofa: 4 colheres de sopa de margarina light  
2 xícaras de farinha de trigo  
2 xícaras de aveia flocos finos  
1 xícara de amido de milho  
6 colheres de sopa de adoçante próprio para forno/fogão  
1 colher de chá de farinha de feijão branco  
1 colher de sopa de fermento em pó (químico)

### RECHEIO:

Recheio: 12 bananas nanicas maduras

### COBERTURA:

Cobertura: 5 ovos  
1 e 1/2 xícaras de chá de leite desnatado  
Canela e adoçante para polvilhar

## MODO DE PREPARO

Misture todos os ingredientes da farofa.  
Unte uma forma com farinha e margarina.  
Coloque metade da farofa e recheie com as bananas em rodela.  
Cubra com o restante da farofa.  
Bata à parte os ovos e o leite.  
Despeje sobre essa farofa.  
Polvilhe canela e adoçante  
Leve ao forno a 220°C por aproximadamente 30 minutos.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/45084-bolo-farofa-de-banana-diet.html>