BANANA BREAD VEGANO

INGREDIENTES

2 xícaras farinha de aveia (ou outra farinha de sua preferência)

1 xícara de bananas nanicas amassadas

1/2 xícara de pasta de amendoim

1/4 de xícara de água

1/2 xícara de adoçante de sua preferência

2 colheres (chá) de fermento químico

30 g de castanhas picadas grosseiramente (opcional)

30 g de chocolate 70% (sem leite) picado (opcional)

1 banana picada (opcional)

MODO DE PREPARO

Unte uma forma de bolo inglês e preaqueça o forno a 180

Junte as bananas amassadas, o adoçante e a pasta de amendoim

Junte a farinha de aveia, misture bem e acrescente a água

Por último, junte à massa o fermento, as castanhas, o chocolate e a banana picada

Coloque a massa na forma e deixe assar por aproximadamente 30 minutos ou até que esteja bem dourado

Caso queira um bolo mais rico em proteína, pode usar quinoa em flocos

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/7323-banana-bread-vegano.html