MUFFIN DE BANANA INTEGRAL

INGREDIENTES

1 ovo

1 e 1/2 colher (sopa) de farelo de aveia

1 colher (sopa) de chia

1 colher (sopa) de farinha de linhaça

1 colher (sopa) de leite

1 colher (café) de canela

1 colher (café) de cacau

2 bananas

1 colher (chá) de fermento

açúcar a gosto

MODO DE PREPARO

Misture todos os ingredientes, amasse as bananas e coloque o fermento por último

Coloque em forminhas e asse de 20 a 25 min em forno preaquecido a 180

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/8432-muffin-de-banana-integral.html