

PROJETO FAMÍLIA- "Receitas saudáveis e sustentáveis"



Ingredientes:

- 2 bananas maduras;
- 1 chávena de açúcar;
- 2 chávenas de farinha de aveia;
- sal Q.B;
- 1 chávena de óleo;
- 2 ovos inteiros;
- 4 chávenas de farinha branca de neve;
- 1 colher de chá de fermento em pó.

Modo de Preparação:

✓ **1º passo**- Começamos por retirar a casca da banana. Quando esta estiver sem ela, colocamo-la dentro de uma taça e esmagamos a mesma.

✓ **2º passo**- Após concluir isto, juntamos o açúcar e envolvemos. Posteriormente, adicionamos os ovos, o óleo, a farinha de aveia, a farinha branca de neve e o fermento. Somente depois disto feito é que podemos amassar à mão. Contudo, a massa tem que ficar consistente.

✓ **3º passo**- Sucessivamente, enrolamos a massa, formando pequenas bolas. Subsequentemente, furamos o tabuleiro com papel de forno/vegetal. Em seguida, dispor as bolas de massa na mesma e levar ao forno durante 20 minutos a 180°C.

BOM APETITE!!!