

Bolo de Banana e Amendoim para 8 pessoas



As aulas estão de volta e para comemorar o regresso dos miúdos à escola, trazemos-lhe uma receita muito fácil de **Bolo de Banana e Amendoim**, para 8 pessoas, para fazer em conjunto com os seus filhos e fazer as delícias de todos em casa.

Se lá em casa são fãs de sabores reconfortantes e combinações irresistíveis, preparem-se para se apaixonarem por este **bolo de banana e amendoim**, uma combinação entre a doçura natural da banana e a textura crocante dos amendoins. Aprenda, a seguir como criar essa maravilha culinária que certamente se tornará um clássico na sua cozinha.

Receita Bolo de Banana e Amendoim

Ingredientes (8 pessoas):

3 bananas maduras
100 g de amendoim
3 ovos
6 colheres de sopa de farinha integral
2 colheres de chá de fermento

Modo de preparação:

(fácil)

Comece por triturar o amendoim, com uma varinha mágica ou robot de cozinha. Se ficar com alguns pedaços não tem problema. Junte as bananas descascadas e continue a triturar até obter um creme. Adicione os ovos, um a um, e vá batendo bem. No final envolva a farinha e o fermento.

Leve ao forno a 180°C por cerca de 20 minutos. Como é um bolo que não cresce muito, se

preferir pode usar uma forma mais pequena.

Sugerimos que decore com manteiga de amendoim, para um aspeto mais delicioso.

Informação Nutricional (por 100g):

Energia: 227 kcal

Proteína: 10 g

Hidratos de carbono: 17 g

Gordura: 12 g

Apanhe boleia com o Rodinhas!

O Rodinhas é um serviço especializado de transporte de crianças que tem dois superpoderes: o superpoder de proporcionar uma viagem segura e divertida às crianças e o superpoder de dar aos adultos mais tempo livre.

Conte connosco para levarmos os mais pequenos à escola, a atividades extracurriculares ou a eventos e ganhe mais tempo para si.

Com a ajuda da carrinha de transporte do Rodinhas há mais pais e crianças felizes!