

Bolo de aveia com frutas secas

● Total 50 minutos 20 porções

Ingredientes

ou

3 unidades de ovo de galinha (135 g)

ou

200 gramas de aveia em flocos crua

ou

6 unidades de banana nanica crua (600 g)

ou

70 gramas de ameixa

ou

80 gramas de castanha do pará

ou

80 gramas de castanha de caju

ou

100 gramas de uva passa

ou

1 colher de sopa de fermento químico em pó (10 g)

Método de preparo

1

1. Unte a forma com a manteiga e a aveia ou farinha 2. Preaqueça o forno a 180°C durante 10 minutos 3. Em uma vasilha média pique as castanhas de caju, as castanhas-do-pará, as ameixas e os damascos 4. Adicione a aveia e as uvas passas à vasilha com as castanhas 5. Bata no liquidificador as bananas, os ovos e o fermento até obter uma massa homogênea 6. Adicione a mistura do liquidificador à vasilha e mexa até que as frutas estejam bem misturadas 7. Coloque na forma untada 8. Deixe no forno a 180°C por no mínimo 30 minutos antes de olhar 9. O bolo estará pronto quando estiver levemente dourado