



## TORTA FIT DE BANANA

### INGREDIENTES

- 2 unidades de ovo de galinha [90 g]
- 12 unidades de banana cortadas em rodela
- 1 xícara de leite desnatado
- 20 colheres de chá de açúcar mascavo
- 2 colheres de sopa de aveia em flocos finos
- 2 colheres de sopa de fermento em pó

### MÉTODO DE PREPARO

1º Em uma tigela coloque a aveia e misture com o fermento e o açúcar mascavo. Separe uma forma untada com óleo de coco e coloque uma camada de banana em rodela no fundo, em seguida intercale com a mistura e repita várias vezes este procedimento finalizando com a camada da mistura. A parte misture os ovos com o leite e regue por cima da torta finalize a torta com canela e leve ao forno aquecido previamente por 30 minutos ou deixe no forno até ficar levemente dourado. Sirva.

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	% DDR
ENERGIA	109 kcal	5 %
CARBOIDRATOS	23 g	8 %
PROTEÍNA	3 g	4 %
GORDURA	1 g	3 %
GORDURAS SATURADAS	0 g	2 %
FIBRA ALIMENTAR	1 g	4 %
SÓDIO	300 mg	12 %