

# BOLO INTEGRAL DE MAÇÃ E BANANA

## INGREDIENTES

- 3 ovos
- 3 maçãs descascadas e picadas
- 3 bananas picadinhas
- 3 xícaras de farinha de trigo integral
- 1 xícara de açúcar demerara
- 200 ml de óleo (uso de girassol)
- 1 colher (sopa) de canela em pó
- 2 colheres de fermento
- 200 ml de leite (uso semi desnatado)
- 1 limão espremido

## MODO DE PREPARO

Coloque o limão no leite e deixe descansar por 10 minutos

Bata os ovos, o óleo, o leite, o açúcar e a canela no liquidificador

Junte com as frutas e o fermento e mexa bem (não bata as frutas, apenas misture)

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://areceitadavez.com.br/receita/3641-bolo-integral-de-maca-e-banana.html>