

# BOLO DE BANANA SEM LACTOSE E SEM GLÚTEN

## INGREDIENTES

1 xícara de farinha de aveia  
1 copo de iogurte desnatado sem lactose  
3 ovos  
6 bananas (de média a grande)  
1/2 xícara de açúcar (pode substituir por xilitol, mas utilize adoçante)  
1 colher (sopa) rasa de fermento.  
canela a gosto  
castanha à gosto

## MODO DE PREPARO

Em um liquidificador, bata os ovos, aveia, iogurte, 3 a 4 bananas, açúcar e canela até que forme uma massa homogênea

Após, misture com uma colher o fermento, castanhas e algumas rodela de banana

Preaqueça o forno

Unte uma forma com azeite e maizena ou aveia

Espalhe a massa na forma, pode misturar um pouco de açúcar com canela e jogar por cima da massa e algumas bananas em rodela para ficar com aspecto caramelizado

Deixe assar em forno a 230°C (depende de forno para forno)

O bolo estará pronto após o teste do palito

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://areceitadavez.com.br/receita/5840-bolo-de-banana-sem-lactose-e-sem-gluten.html>