



Receita da Semana

🍅 BISCOITINHO FIT DE BANANA NANICA 🍅

INGREDIENTES:

- 2 Bananas nanicas grandes e maduras
- 1 xícara (chá) de quinua em flocos
- 1 colher (chá) de canela em pó

PREPARO:

Pré aqueça o forno a 180°.

Amasse bem as bananas com um garfo e misture a quinua em flocos e a canela até obter uma massa cremosa e homogênea.

Unte levemente uma assadeira com azeite e espalhe a massa em pequenas colheradas, modelando os biscoitos com a própria colher e mantendo uma distância de alguns centímetros entre um biscoito e outro.

Asse por 30 minutos, ou até perceber que os biscoitos estão dourados e firmes.

Desligue o forno e deixe que esfriem lá dentro.

