



Culinária!

Por Cris Leite Chef de cozinha

FOTOS DE CRIS LEITE/ DIVULGAÇÃO

Banana caramelada

Ingredientes

• 3 bananas nanicas • 700ml de óleo de soja • **Massa:** 400ml de água • 200g de farinha de trigo • 20g de fermento químico • 2 ovos • **Caramelo:** • 300g de açúcar refinado • 300ml de água.

Modo de preparar

Descasque as bananas e corte ao meio. Massa: misture a água, a farinha, o fermento e os ovos até obter uma massa

homogênea. Mergulhe as bananas na massa. Espete um palito (de churrasco) no pedaço de banana e frite em óleo quente. Coloque sobre papel absorvente. Caramelo: misture a água com o açúcar e leve ao fogo até formar uma calda em ponto de bala firme. Passe as bananas fritas nesse caramelo até que fiquem completamente cobertas. Sirva a seguir. Rendimento: 6 porções.



tempo de preparo
30
min

Torta integral de banana



tempo de preparo
40
min

Ingredientes

• 220g de açúcar mascavo • 100g de aveia grossa • 12 bananas d'água • 20g de canela em pó • 100g de farinha de trigo • 200g de farinha integral • 400ml de iogurte natural • **Para polvilhar:** • 70g de açúcar mascavo • 20g de canela em pó • **Para molhar a torta:** • 120ml de leite integral • **Para untar a forma:** • 30g de manteiga sem sal.

Modo de preparar

Misture todos os ingredientes secos. Acrescente o iogurte, formando uma farofa. Corte as bananas em rodela. Unte uma forma de aro removível com manteiga. Coloque uma camada da farofa, alternando com as fatias de banana, açúcar e canela. Termine com as fatias de banana. Polvilhe com o açúcar mascavo e a canela. Leve ao forno a 180°C por 40 minutos. Quando a torta estiver assada, molhe com o leite. Desenforme morna. Rendimento: 12 porções.

Chips de banana verde

Ingredientes

• 1kg de banana prata verde • 900ml de óleo de soja • **Sal refinado** a gosto.

Modo de preparar

Descasque as bananas e corte em rodela finas. Deixe as bananas de molho em água com sal por 20 minutos. Escorra a água. Frite as bananas em óleo quente. Coloque sobre papel absorvente. Deixe esfriar se quiser ensacar. Rendimento: 6 porções.



tempo de preparo
50
min

Clara Bijuteria

PEÇAS PARA MONTAGEM

- Customização de Sandálias Havaianas
- Curso diariamente GRÁTIS
- Missangas, acrílicos, cristais, correntes, pingentes, tecidos e muito mais.

Traga este anúncio e ganhe **10% de desconto.**

MERCADÃO DE MADUREIRA - LOJA A
Tels.: 3017-6413 / 3017-6426

Aceitamos todos os cartões