

BOLO DE BANANA SEM GLUTEN (NEM AÇUCAR)



CONFEÇÃO

1. Pré-aqueça o forno a 170°
2. Forre o fundo de uma forma (de 15 cm) com papel vegetal, e unte com ghee.
3. Coloque o acessório batedor na taça, e junte os ovos, as bananas, o óleo de côco e o mel, e programe velocidade 7 durante 3 minutos, para a massa ficar fofa.
4. Junte a farinha de amêndoa, a canela, o fermento em pó, o bicarbonato de sódio e as sementes (ou colher de chá) de baunilha e envolva na velocidade 4 durante 2 minutos.
5. Coloque a massa na forma e leve ao forno durante 35 minutos.
6. Deixe o bolo arrefecer totalmente e desinforme.
7. Depois de lavar a taça e o acessório misturador, coloque meio pacote de natas e bata durante 3 minutos na velocidade 7.
8. Acrescente o mel e as sementes (ou colher de chá) de baunilha, e programe na velocidade 7 durante mais 2 minutos.
9. Decore o bolo a gosto. Eu espalhei as natas na cobertura e polvilhei com pepitas de cacau.

INGREDIENTES

- 4 BANANAS GRANDES, ESMAGADAS
- 4 OVOS GRANDES À TEMPERATURA AMBIENTE
- 1/4 DE CHÁVENA DE ÓLEO DE CÔCO DERRETIDO
- 2 COLHERES DE SOPA DE MEL
- 1 E 3/4 DE CHÁVENA DE FARINHA DE AMÊNDOA
- 1 COLHER DE CHÁ DE CANELA
- 1 COLHER DE CHÁ DE FERMENTO EM PÓ
- 1 COLHER DE CHÁ DE BICARBONATO DE SÓDIO
- 1/2 VAGEM DE BAUNILHA (OU 1 COLHER DE CHÁ DE EXTRATO DE BAUNILHA)
- MANTEIGA GHEE PARA UNTAR
- 1/2 PACOTE DE NATAS FRIAS
- 1 COLHER DE SOPA DE MEL
- 1/2 VAGEM DE BAUNILHA (OU 1 COLHER DE CHÁ DE EXTRATO DE BAUNILHA)
- OPCIONAL: PEPITAS DE CACAU PARA DECORAR