

Prime Cake Banana

1690

Ingredientes

Preparo

400g Ovos

250ml Leite Líquido

250g Óleo

800g Banana Nanica Sem Casca

1kg Prime Cake 10 Prime Cake 10



Acabamento

200g El-Geleia Pronta El-Geleia Pronta

Modo de Fazer

PREPARO

01. Cortar as bananas nanicas sem casca em cubos. Reservar.
02. Colocar o Zeelandia Prime Cake, os ovos, o óleo e o leite na batedeira.
03. Misturar em velocidade baixa (velocidade 1) por aproximadamente 1 minuto ou até homogeneizar. Utilizar batedor tipo raquete.
04. Bater em velocidade média (velocidade 2) por aproximadamente 5 minutos.
05. Colocar a massa em forma retangular (32 x 44 x 4,5 cm) previamente untada.
06. Espalhar a banana nanica picada reservada sobre a massa.
07. Fornejar a 190°C por aproximadamente 50 minutos em forno lastro.

ACABAMENTO

01. Pincelar a Zeelandia Geleia Pronta sobre o bolo.

Dicas

- Outro forneamento:
- * Forno Turbo: 150°C por aproximadamente 40 minutos.
- A banana nanica picada pode ser substituída por pêssego em calda picado ou abacaxi em calda picado.
- Prime Cake Maçã: Substituir a banana nanica picada por maçã picada. Misturar a maçã picada com 100 g de açúcar.
- É possível a substituição de parte do leite (150 ml) por suco concentrado de fruta, sabor a gosto.
- Aplicar a geléia assim que o bolo esfriar para evitar o escurecimento excessivo da banana.

Rendimento / Quebra

1 Total de 2500 g

Validade

48 horas

Equipamentos

Forno

Batedeira

Batedor Tipo Raquete

Balança

Faca

Pincel

Tábua Para Corte

Forma Retangular

Tabela Nutricional

Porção de 60g contém (em média): % VD (*)

| | | |
|------------------------|--------|----|
| V. Energético (kcal) | 185 | 9 |
| V. Energético (kJ) | 775 kJ | 9 |
| Carboidratos (g) | 28 | 9 |
| Proteínas (g) | 2.5 | 5 |
| Fibra Alimentar (g) | 0.7 | 3 |
| Sódio (mg) | 70 | 3 |
| Açúcares (g) | 14 g | ** |
| Açúcares totais (g) | 14 | |
| Aç adicionados (g) | 13 | 26 |
| Gorduras totais (g) | 7.2 | 11 |
| Gorduras saturadas (g) | 1.4 | 7 |
| Gorduras trans (g) | 0 | 0 |