

Título: Malu indica

Veículo: Malu

Página: 27

Mídia: Revistas

Data: 06/05/2019

Cidade: São Paulo

Cm2: 307

Jornalista: Redação



Cuca de maçã, banana e aveia

Ingredientes: 1 xícara (chá) de farinha de trigo • 1/2 xícara (chá) de aveia • 1 xícara (chá) de granola • 2 xícaras (chá) de farinha trigo integral • 1 xícara (chá) de açúcar refinado • 1 xícara (chá) de açúcar mascavo • 1 colher (sopa) de fermento para bolo • 4 ovos • 3 maçãs cortadas sem o miolo com casca • 3 bananas sem casca • 3 colheres (sopa) de óleo • 2 xícaras (chá) de leite • 2 xícaras (chá) de doce de banana cremoso



Preparo: coloque no liquidificador o óleo, os ovos, as maçãs, as bananas, o leite e os açúcares e bata bem até ficar bem misturado e a maçã bem triturada. Desligue e misture com as farinhas, a aveia, a granola e o fermento. Unte uma forma média, espalhe a metade da massa, coloque as maçãs em fatias finas com casca e espalhe o doce de banana cremoso por cima, tampe com o resto da massa e para finalizar espalhe maçã e doce de banana. Leve ao forno por 40 minutos em temperatura média. Salpique canela por cima depois que retirar do forno.

Mais informações: tiasonia.com.br

Malu indica



Pasta de amendoim em sachê, da Tia Sônia: não é necessário nenhum tipo de instrumento para poder consumi-la. Em embalagem de 70g, é ideal para levar na bolsa ou mochila. SAC: (77) 3424-8000



Feijão Vermelho, da Meu Biju: acompanha saladas e carnes. Conta com caldo mais consistente. meubiju.com



Creme de Café & Cacao, da Eco Fresh: mescla o café e a cremosidade do cacau com o leite para compor uma sobremesa que pode ser consumida também como acompanhamento de bolos, como petit gateau ou brownie. ecofresh.com.br



POPLev Queijo Vegano, da Vittadely: o snack é ideal para veganos, celíacos e pessoas que buscam um estilo de vida mais saudável. Composto por extrato de levedura nutricional e farinhas integrais (arroz, ervilha, sorgo e grão de bico), é fonte de proteínas, não possui adição de lactose ou açúcar e é livre de glúten. vittadely.com.br



Farinha de Amêndoas da Linha Verde, da Chocolate Verde: ideal para receitas low carb, tem baixo índice glicêmico, mantendo todos os benefícios e nutrientes da oleaginosa in natura. chocolateverde.com.br