



Receitas da
Vó
Marlene





Sumário

Livro de Receitas	pág 01
Biscoito de Banana	pág 02
Bolinhos de casca de Banana	pág 03
Bolinhos de Banana com Aveia	pág 04
Bolo Chiffon de Banana	pág 05
Bolo de Banana	pág 06
Geleia de Casca de Banana	pág 07
Bolo Grã-fino de Banana	pág 08
Cobertura para Bolo	pág 09
Espetinhos de Banana	pág 10
Delícia de Banana	pág 11
Fatias de Banana	pág 12
Flan de Banana	pág 13
Mariolas Caseiras	pág 14
Mousse de Banana	pág 15
Panqueca de Banana	pág 16
Pastéis de Forno Recheados	pág 17
Bananada	pág 18
Pavê de Banana com Aveia	pág 19
Pudim de Banana	pág 20
Rapadurinha de Banana	pág 21
Salada de Banana	pág 22
Sorvete de Banana	pág 23
Surpresas de Banana	pág 24
Torta de Banana I	pág 25
Torta de Banana II	pág 26
Bananas ao Forno	pág 27
Bananas Assadas	pág 28
Bananas Flambadas	pág 29
Banana Empanada	pág 30

Sumário



A mãe e avó Marlene era uma cozinheira de mão cheia.

Agora ela é uma estrelinha no céu, mas deixou para a gente o seu legado: livro de receitas em que a banana é o ingrediente principal.

Dividimos esse conhecimento e sempre desejando muita fartura na mesa de cada um de vocês.



Beijo no coração
Ricardo Teixeira
Aline Teixeira



iscoito de Banana

Ingredientes:

- 1 xícara (chá) de farinha de trigo
- 1 xícara (chá) de açúcar
- 2 colheres (sopa) de coco ralado
- 2 colheres (sopa) de manteiga
- 3 bananas-maçã ou prata amassadas
- 1 pitada de sal
- 1 colher (sopa) de fermento em pó

Modo de Preparo

Misturar o açúcar, a manteiga, as bananas amassadas, o coco e o sal. Acrescente a farinha de trigo misturada com o fermento e mexer. Colocar a massa em pequenas porções em assadeira untada e polvilhada com farinha de trigo. Levar ao forno médio por 20 minutos ou até começar a corar. Tirar do forno e deixar esfriar na própria assadeira.





olinhos de casca de Banana

Ingredientes:

1 copo de cascas de banana picada

1 ovo

3 colheres (sopa) de água ou leite

8 colheres (sopa) de farinha de trigo

4 colheres (sopa) de açúcar

1 pitada de sal

Óleo para fritar

Açúcar e canela para polvilhar

Modo de Preparo

Lavar as cascas de banana e cortar em pequenos pedaços. Misturar todos os demais ingredientes. Fritar em óleo quente, em forma de bolinhos. Servir quente, polvilhando com açúcar e canela.





Bolinhos de Banana com Aveia

Ingredientes:

1 ½ xícara (chá) farinha de trigo

1 xícara (chá) de açúcar

½ colher (chá) de fermento

1 colher (chá) de sal

¼ colher (chá) de noz-moscada

1 colher (café) de canela em pó

3 colheres (sopa) de margarina

1 ovo

1 xícara (chá) de banana amassada

1 ½ xícara (chá) de aveia

Modo de Preparo

Peneirar a farinha de trigo com o açúcar, o fermento, o sal, a noz moscada ralada, a canela em pó e misturar tudo. Adicionar a margarina. Acrescentar o ovo, as bananas amassadas e aveia. Bater até tornar a massa leve. Colocar em forminhas (de empada) untadas e polvilhadas com farinha de trigo. Colocar as forminhas em assadeira. Levar ao forno, em temperatura moderada, por 30 minutos ou até que os bolinhos fiquem corados. Tirar das forminhas e servir frio.





Bolo Chiffon de Banana

Ingredientes:

2 ½ xícaras (chá) de farinha de trigo peneirada

1 ½ xícara (chá) de açúcar

1 colher (sopa) de fermento

1 colher (chá) de sal

½ xícara (chá) de óleo

3 ovos

1 xícara (chá) de bananas maduras amassadas

1 colher (sopa) de suco de limão

½ xícara (chá) de leite

Modo de Preparo

Misturar as bananas amassadas com o suco de limão, as gemas e o óleo. Juntar a farinha peneirada com o açúcar e o fermento, alternando com o leite e mexendo sem bater. Colocar as claras em neve com o sal, mexendo cuidadosamente sem bater. Colocar a massa em forma untada e polvilhada com farinha de trigo. Assar em forno moderado por 30 minutos. Se desejar, servir o bolo enquanto estiver quente.





olo de Banana

Ingredientes:

6 bananas

2 xícaras (chá) de farinha de rosca

3 ovos

1 xícara (chá) de óleo

2 colheres (café) de canela em pó

2 xícaras (chá) de açúcar

1 colher de fermento

Modo de Preparo

Bater no liquidificador as bananas, os ovos, o óleo e o açúcar. Colocar essa mistura em uma tigela e juntar a farinha de rosca, a canela e o fermento, sempre mexendo. Colocar a massa em forma untada e polvilhada com farinha de trigo. Assar em forno quente por 20 ou 30 minutos.





Geleia de Casca de Banana

Ingredientes:

3 copos de casca de banana

1 ½ copo de açúcar

Cravo e canela em pau à gosto

Modo de Preparo

Lavar bem as bananas. Retirar as cascas, cortar em pedacinhos e levar para cozinhar com o mínimo de água possível até amolecer. Retirar do fogo, bater no liquidificador, juntamente com a água onde foi cozinha e juntar o açúcar. Levar ao fogo com o cravo e a canela, deixando cozinhar em fogo brando, mexendo constantemente até desgrudar da panela. Servir como geleia, com pão, torradas ou biscoitos.





olo Grã-fino de Banana

Ingredientes:

Mistura 1

½ lata de leite condensado

2 colheres (sopa) de manteiga

½ xícara (chá) de açúcar cristal

1 colher (café) de canela em pó ou ½ de noz moscada ralada

Mistura 2

3 xícaras (chá) de farinha de trigo

½ colher (chá) de sal

1 colher (sopa) de fermento

1 colher (chá) de bicarbonato de sódio

½ xícara (chá) de manteiga ou margarina

3 ovos

1 xícara (chá) de bananas amassadas

1 xícara (chá) de ameixas pretas picadas

Modo de Preparo

Mistura 1: Misturar todos os ingredientes, mexer e reservar;

Mistura 2: Peneirar os ingredientes secos e juntar o leite condensado, a manteiga, os ovos, as bananas e as ameixas mexendo bem.

Colocar a Mistura 2 em uma forma untada e enfarinhada e cobrir com a Mistura 1. Levar ao forno médio por, aproximadamente, 35 minutos.





obertura para Bolo

Ingredientes:

2 claras

2 bananas nanicas amassadas

1 xícara (chá) de açúcar

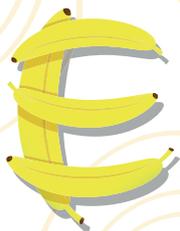
1 xícara (chá) de água

1 colher (sopa) de suco de limão

Modo de Preparo

Bater as claras em neve. Levar o açúcar e a água ao fogo e deixar formar uma calda grossa. Amassar as bananas com o suco de limão. Misturar as bananas com as claras em neve e ir colocando aos poucos a calda fervendo, sem parar, até esfriar (se preferir, use a batedeira). Colocar no bolo ainda quente.





spetinhos de Banana

Ingredientes:

Bananas cortadas em rodela

Toucinho defumado cortado em quadrado

Presunto cortado em quadrado

Queijo cortado em quadrado

Pimentão cortado em pequenos pedaços

Cebola cortada em pequenos pedaços

Espetinhos de madeira

Óleo para fritar

Modo de Preparo

Colocar em cada espetinho um pedaço de cada ingrediente. Fritar em óleo quente, rapidamente.

Servir quente.





Delícia de Banana

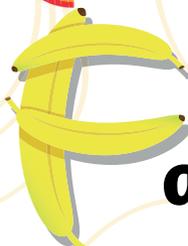
Ingredientes:

- 3 xícaras (chá) de leite
- 3 colheres (sopa) de maisena
- 2 ovos
- 2 colheres (sopa) de manteiga
- 15 colheres (sopa) de açúcar
- 8 bananas nanicas maduras
- Essência de baunilha à gosto

Modo de Preparo

Colocar as bananas descascadas e cortadas em rodela em uma panela com 8 colheres (sopa) de açúcar. Cozinhar até derreter bem o açúcar. Juntar 1 colher de manteiga. Arrumá-las em uma travessa que possa ir ao fogo. Ferver 2 xícaras de leite com 3 colheres de açúcar. Juntar as gemas batidas e a maisena dissolvida em 1 xícara de leite frio. Acrescentar a manteiga restante e deixar ferver até engrossar e retirar do fogo. Colocar a baunilha e mexer. Despejar o creme sobre as bananas. Bater as claras em neve, juntar 4 colheres de açúcar e as raspas de limão, batendo sempre. Espalhar o suspiro por cima do creme. Levar ao forno para dourar o suspiro. Esperar até esfriar e colocar na geladeira. Servir depois de gelado.





Fatias de Banana

Ingredientes:

6 bananas nanica

12 fatias finas de goiabada

2 colheres (sopa) de manteiga ou margarina

Canela em pó à gosto

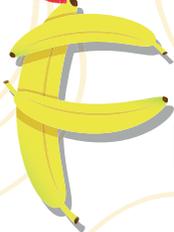
2 claras em neve

4 colheres (sopa) de açúcar

Modo de Preparo

Em uma assadeira pequena, arrumar uma camada de bananas cortadas ao meio no sentido do comprimento. Cobrir com as fatias de goiabada. Espalhar a manteiga ou margarina em pequenos pedaços. Polvilhar com a canela. Repetir as camadas até completar a assadeira. (Pode colocar camadas de queijo após as camadas de goiabada). Cobrir com o suspiro adoçado com 4 colheres de açúcar. Levar ao forno por 30 minutos.





Flan de Banana

Ingredientes:

4 bananas nanica amassadas

4 ovos

½ litro de leite

125 gramas de açúcar

Suco de limão

1 colher (café) de essência de baunilha

Raspas de casca de limão

Modo de Preparo

Ferver o leite com as raspas de limão. Bater as bananas e o açúcar com 2 ovos inteiros, duas gemas e o suco de limão. Juntar o leite fervido lentamente, misturando sem bater. Acrescentar a essência de baunilha e as 2 claras restantes, batidas em neve, misturando sem bater. Colocar em forma caramelizada para cozinhar em banho-maria no forno ou fogão por cerca de 50 minutos.





ariolas Caseiras

Ingrediente:

1 copo de bananas amassadas (cerca de 2 bananas nanicas grandes)

2 copos de casca de banana lavadas e picadas (casca de cerca de 5 bananas)

1 copo de açúcar

½ copo de farinha de trigo

2 colheres (sopa) de suco de limão

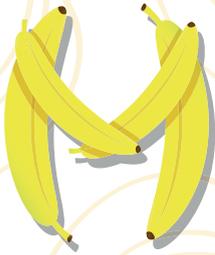
1 cravo e 1 canela em rama

Açúcar cristal à gosto

Modo de Preparo

Cozinhar as cascas com 2 copos de água em uma panela pequena, juntamente com o cravo e a canela em rama, até quase secar a água. Bater no liquidificador as cascas e as bananas amassadas. Levar ao fogo as cascas e as bananas trituradas. Misturar a farinha de trigo dissolvida em um pouco de água e o suco de limão. Cozinhar até secar a água, mexendo sempre.





Mousse de Banana

Ingredientes:

3 bananas nanicas maduras

2 xícaras (chá) de açúcar

8 folhas de gelatina dissolvidas em ½ xícara (chá) de água fervente

250 gramas de creme de leite

1 clara em neve

Modo de Preparo

Passar as bananas por uma peneira. Fazer uma calda grossa com o açúcar e 1 xícara de (chá) de água. Misturar a banana com a calda e a gelatina dissolvida. Levar para gelar. Quando começar a endurecer, misturar o creme de leite e a clara em neve. Levar à geladeira. Servir gelado.





anqueca de Banana

Ingredientes:

1 copo de leite

1 xícara (chá) de farinha de trigo

1 ovo

1 colher (chá) de fermento

1 pitada de sal

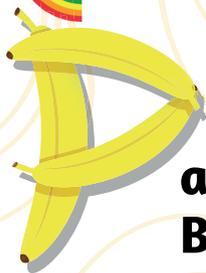
3 colheres (sopa) de margarina derretida

2 bananas

Modo de Preparo

Juntar os ingredientes e bater no liquidificador. Colocar uma pequena porção em frigideira untada e fritar dos dois lados. Repetir a operação até terminar a massa. Recheiar à gosto.





Pastéis de Forno Recheados com Bananada

Ingredientes:

1 ½ xícara (chá) de farinha de trigo

2 colheres (sopa) de manteiga

½ xícara (chá) de leite

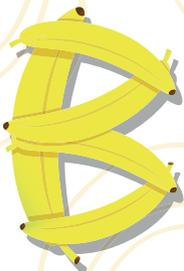
1 colher (sopa) de fermento

1 colher (café) de sal

Modo de Preparo

Peneirar a farinha com o fermento e o sal. Fazer uma nova cova no meio da farinha e acrescentar os demais ingredientes. Misturar tudo, amassando até ficar mais macia. Deixar de repouso por 30 minutos. Abrir a massa fina e cortar em rodela (com a boca de um copo enfarinhado). Colocar uma colher de bananada (receita na página 18) sobre cada rodela de massa e fechar unindo bem as bordas. Pincelar os pastéis com gema e açúcar. Levar ao forno, já quente, em forma untada e polvilhada com farinha por 20 ou 30 minutos.





ananada

Ingredientes:

1 ½ dúzia de banana nanica (2,5 kg de banana com casca)

9 xícaras (chá) de açúcar (1 kg de açúcar)

2 ½ xícaras (café) de suco de limão

Modo de Preparo

Descascar e cortar as bananas em rodelas. Cozinhar as bananas juntamente com o açúcar e o suco de limão, mexendo até desfazer. Continuar mexendo até aparecer o fundo da panela. Retirar do fogo. Deixar esfriar. Colocar em potes herméticos e usar para rechear pães, pastéis ou mesmo para comer com queijo branco.





avê de Banana com Aveia

Ingredientes:

5 bananas nanicas

1 ½ xícara (chá) de açúcar

1 xícara (chá) de aveia

3 ovos

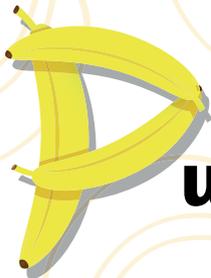
1 colher (chá) de canela em pó

Margarina para untar

Modo de Preparo

Amassar as bananas. Acrescentar o açúcar e as gemas, batendo bem. Misturar a aveia e a canela e continuar batendo. Colocar em forma refratária untada. Levar ao forno médio por 20 minutos. Retirar do forno e cobrir com o suspiro feito com as claras e 3 colheres de açúcar. Levar ao forno por mais 5 minutos ou até corar.





udim de Banana

Ingredientes:

10 bananas nanicas

1 colher (sopa) de margarina

3 colheres (sopa) de farinha de trigo

3 ovos

2 colheres (sopa) de queijo ralado

6 colheres (sopa) de açúcar

Modo de Preparo

Cozinhar as bananas com a casca. Retirar as cascas.

Amassar as bananas e juntar com os demais ingredientes. Colocar tudo em forma untada e levar ao forno moderado, previamente aquecido, por 30 minutos. Servir polvilhado com açúcar e canela.





Apadurinha de Banana

Ingredientes:

12 bananas nanica

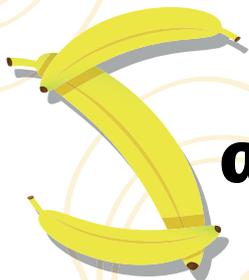
6 xícaras (chá) de açúcar

1 colher de manteiga

Modo de Preparo

Colocar todos os ingredientes no fogo e mexer até desgrudar do fundo da panela. Espalhar em uma assadeira untada e cortar em quadradinhos depois de frio.





Salada de Banana

Ingredientes:

2 bananas cortadas em rodela

2 cenouras raladas

Rodelas de cebola

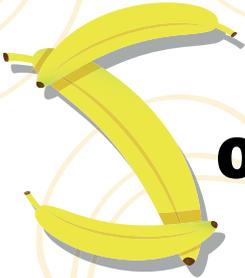
3 colheres (sopa) de maionese

Folhas de alface

Modo de Preparo

Misturar as bananas com as cenouras, as cebolas e a maionese. Colocar em um prato sobre folhas de alface.





oruete de Banana

Ingredientes:

4 bananas nanicas

5 colheres (sopa) de açúcar

1 lata de creme de leite

Suco de limão

Modo de Preparo

Amassar as bananas com o açúcar e o suco de limão. Acrescentar o creme de leite pouco a pouco, misturando cuidadosamente até obter uma pasta cremosa. Colocar no congelador durante três ou quatro horas.





Surpresas de Banana

Ingredientes:

2 copos de água

4 bananas nanica

2 ½ copos de açúcar

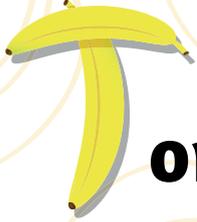
7 colheres (sopa) de maisena

Suco de limão

Modo de Preparo

Amassar as bananas e juntar com o suco de limão. Dissolver a maisena na água. Acrescentar o açúcar e as bananas. Levar ao fogo e mexer por 20 minutos. Colocar em assadeira, deixar esfriar e cortar em pequenos pedaços. Passar açúcar cristalizado e embrulhar em papel impermeável.





orta de Banana I

Ingredientes:

3 ovos

2 xícaras (chá) de açúcar

1 colher (sopa) de fermento em pó

1 xícara (chá) de manteiga derretida

3 xícaras (chá) de farinha de trigo

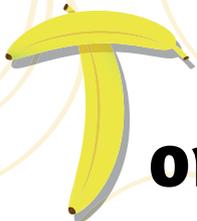
6 bananas nanica

Açúcar e canela para polvilhar

Modo de Preparo

Bater as claras em neve. Acrescentar as gemas, o açúcar, a farinha, a manteiga e o fermento, misturando bem. Colocar a massa em uma assadeira untada espalhando-a de maneira que sua altura seja de aproximadamente dois centímetros. Cobrir com fatias de banana e polvilhar com bastante açúcar e canela. Levar ao forno, já quente, por 20 a 30 minutos.





orta de Banana II

Ingredientes:

2 xícaras (chá) de açúcar

2 ½ xícaras (chá) de farinha de trigo

1 colher (sopa) de fermento em pó

6 bananas cortadas em fatias finas

3 colheres (sopa) de margarina

3 ovos batidos

½ copo de leite

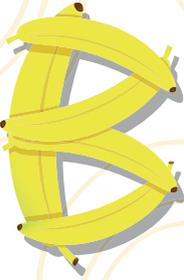
Farinha de rosca

Canela à gosto

Modo de Preparo

Peneirar a farinha com o açúcar e o fermento três vezes e dividir em três partes. Untar uma forma e polvilhar com a farinha de rosca. Colocar uma parte (1/3) da mistura seca, acrescentar as bananas e polvilhar com canela, pedacinhos de margarina e cobrir com uma camada de farinha de rosca. Repetir isso três vezes. Espetar com uma faca até embaixo em diversos lugares da massa. Derramar os ovos batidos misturados com o leite sobre a massa. Levar ao forno quente por cerca de 20 minutos.





ananas ao Forno

Ingredientes:

6 bananas maduras

2 colheres de queijo ralado

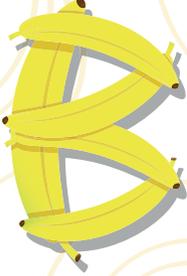
2 colheres de açúcar

1 colher de manteiga

Modo de Preparo

Descascar as bananas e parti-las em fatias finas. Colocar uma camada de banana em uma assadeira untada. Polvilhar com queijo ralado e açúcar. Colocar a manteiga em pequenos pedaços. Cobrir com outra camada de bananas, outra de queijo, açúcar, manteiga e assim por diante. Levar ao forno quente até dourar a banana.





ananas Assadas

Ingredientes:

6 bananas nanicas maduras

1 ovo

1 colher de água

1 pitada de sal

1/3 xícara de farinha de trigo

½ xícara de açúcar

3 colheres de manteiga

½ xícara suco de limão

Modo de Preparo

Descascar as bananas e passá-las na mistura feita com ovo, água e sal. Passar a farinha de trigo e colocar uma ao lado da outra em forma untada. Salpicar com açúcar, cobrir com pedacinhos de manteiga e respingar o suco de limão. Levar ao forno até que a banana esteja dourada. Servir quente.





ananas Flambadas

Ingredientes:

Bananas

Suco de limão

Manteiga

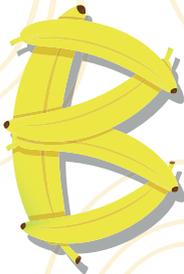
Açúcar

Canela em pó

Modo de Preparo

Cortar as bananas ao meio, no sentido do comprimento e cobri-las com suco de limão. Derreter a manteiga e o açúcar em uma frigideira. Deixar ferver e acrescentar as bananas. Cozinhar por alguns minutos em fogo baixo. Polvilhar com canela em pó.





anana Empanada

Ingredientes:

8 bananas descascadas

1 ovo batido

Farinha de rosca

Modo de Preparo

Cortar as bananas em dois pedaços. Passar os pedaços no ovo batido e na farinha de rosca. Fritar em óleo quente, rapidamente. Servir acompanhado de pratos salgados.





— *Receitas da Vó Marlene* —



**Se você tiver receitas,
envie para a gente.**

**Vamos compartilhar o
conhecimento.**

Participe das nossas redes sociais!

Facebook: @paginaricardoteixeira

Instagram: @rt_ricardoteixeira

Youtube: Ricardo Teixeira Oficial

**Beijo no coração
Ricardo Teixeira
Aline Teixeira**





Receitas da Vó Marlene

