



Receitas da  
Vó  
Marlene





# Sumário

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

# Sumário





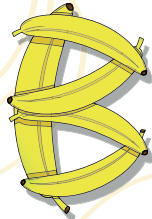
A mãe e avó Marlene era uma cozinheira de mão cheia.

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

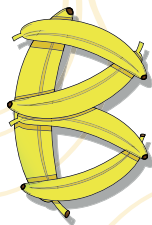
## Ingredientes:

- 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

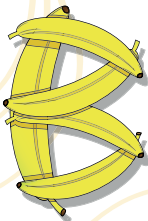
1 xícara (chá) de banana amassada

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**

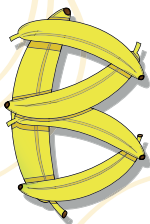
**1 colher (sopa) de suco de limão**

**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 rodelas 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.**





# ousse de Banana

## Ingredientes:

**3 bananas nanicas maduras**

**2 xícaras (chá) de açúcar**

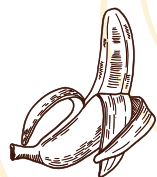
**8 folhas de gelatina dissolvidas em ½ xícara (chá) de água fervente**

**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. Rechear 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**

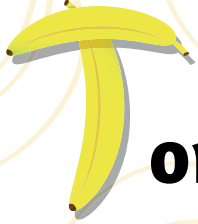
**Suco de limão**

## 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**

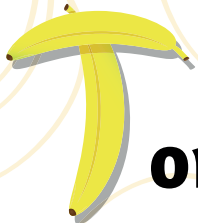
**6 bananas nanica**

**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**

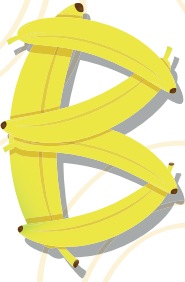
**Farinha de rosca**

**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**

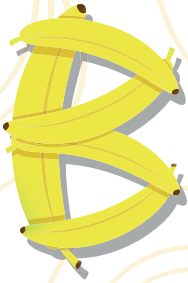
**2 colheres de açúcar**

**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

