



Imagem: Reprodução/WEB

## BOLO INTEGRAL DE BANANA

### INGREDIENTES

4 ovos inteiros  
6 bananas-nanicas (caturras) cortadas em rodellas  
½ xícara (chá) de óleo de canola  
½ xícara (chá) de leite desnatado  
1 xícara (chá) de farinha de trigo integral  
1 xícara (chá) de aveia  
2 xícaras (chá) não muito cheias de açúcar mascavo  
Canela para salpicar  
1 colher (sopa) de fermento em pó

### MODO DE PREPARO

Bata todos os ingredientes no liquidificador com apenas 1 banana, coloque em forma untada com óleo e farinha. Ponha as rodellas de banana sobre essa massa e salpique com canela. Assar em forno preaquecido a 180 °C por aproximadamente 50 minutos.

**Valor calórico: 201 kcal.**

## PUDIM DE SORVETE

### INGREDIENTES

1 lata de leite condensado  
2 latas de leite líquido (use a lata de leite condensado como medida)  
4 ovos  
1 lata de creme de leite  
5 colheres (sopa) de açúcar

### MODO DE PREPARO

Em uma panela, coloque o leite condensado, o leite e as gemas. Leve ao fogo sem levantar fervura. Quando esfriar, acrescente o creme de leite sem o soro e reserve. Bata as claras com o açúcar, na batedeira, em ponto de suspiro. Acrescente esse suspiro ao creme reservado. Coloque em forma para pudim untada com uma calda de chocolate de sua preferência. Leve ao freezer por 6 horas ou mais dependendo do seu freezer, retire e espere uns minutinhos para desenformar. Se quiser, acrescente mais calda. Sirva em seguida.

**Valor calórico: 158,87 kcal.**



Imagem: Reprodução/WEB

# UM BOX COMPLETO QUE, COM MARIA, LHE CONVIDA A GESTAR O SENHOR NO ÍNTIMO DA SUA ALMA.

O BOX CAMINHANDO COM MARIA, LHE PROPORCIONA UMA RICA EXPERIÊNCIA DE FÉ AO VIVENCIAR UMA NOVENA DE 9 MESES, ACOMPANHANDO A GESTAÇÃO DE MARIA.

REZE COM O LIVRO "9 MESES COM MARIA" E TENHA A EXPERIÊNCIA COMPLETA AO RECEBER TAMBÉM...

- Uma Carta assinada pelo autor do livro.
- Uma pulseira de silicone;
- Uma linda medalha devocional;
- Um bloco de anotações
- Um pôster de Nossa Senhora grávida;
- Um postal com a oração da gravidez de Maria;
- Um marca-páginas de Nossa Senhora grávida.



JUNTE-SE A MILHARES DE CORAÇÕES NESTA JORNADA DE ORAÇÃO.

ACESSE NOSSO SITE [AVEMARIA.COM.BR](http://AVEMARIA.COM.BR)

SIGA NOSSAS REDES SOCIAIS.



**AM**  
EDITORA  
AVE-MARIA

A OBRA QUE  
EMOCIONOU  
MILHARES DE  
PESSOAS,  
DISPONÍVEL  
AGORA EM  
**AUDIOBOOK!**



OUÇA AGORA MESMO **"9 MESES COM MARIA"**, E ACOMPANHE TODA A GESTAÇÃO DA MÃE DE DEUS!

Disponível nas principais plataformas

Rakuten kobo

Google Play

storytel

totalivros

Spotify

deezer

**AM**  
EDITORA  
AVE-MARIA