



PÃO DE BANANA, NOZES E SEMENTES

Ingredientes

- 150 g de Farinha de Trigo Maria Inês
 - 100 g de Farinha de Trigo Maria Inês Integral
 - 2 colheres (sopa) de sementes de girassol
 - 2 colheres (sopa) de sementes de abóbora
 - 2 colheres (sopa) de linhaça moída
 - 1 colher (sopa) de sementes de papoila
 - 1 colher (sopa) de sementes de sésamo branco
 - 1 colher (sopa) de sementes de sésamo preto
 - 100 g de nozes picadas grosseiramente
 - 1 colher (chá) de bicarbonato de sódio
 - 1 colher (chá) de fermento em pó
 - 1 colher (chá) de sal
 - 100 g de manteiga derretida
 - 65 g de açúcar mascavado
 - 50 g de açúcar amarelo
 - 2 ovos
 - 2 colheres (chá) de extrato de baunilha
 - 4 bananas maduras amassadas
- Para cobertura: Sementes de sésamo branco; sementes de sésamo preto; sementes de girassol; e sementes de abóbora.

