



# RECEITAS DA FIA

## Chico balanceado (merengue de banana)

[www.receitasdafia.com/receitas/chico-balanceado-merengue-de-banana](http://www.receitasdafia.com/receitas/chico-balanceado-merengue-de-banana)

Já ouviu falar em Chico balanceado? Hoje vamos aprender essa deliciosa sobremesa brasileira feita com bananas.

Chico balanceado (merengue de banana)

 80 min

 16 porções

### Ingredientes

#### BANANA CARAMELIZADA

- 1 xícara (chá) de açúcar
- meia xícara (chá) de água quente
- 3 [bananas](#) cortadas no sentido do comprimento

#### CREME

- 1 Lata de [leite condensado](#)
- 1 e meia xícara (chá) de leite
- 4 gemas
- meia colher (sopa) de [amido de milho](#)

#### COBERTURA DE MERENGUE

- 4 claras
- 1 xícara (chá) de açúcar

## Modo de Preparo

### BANANA CARMELIZADA

1. Em uma panela de fundo largo, derreta o açúcar até ficar dourado.
2. Junte a água quente e mexa com uma colher.
3. Deixe ferver até dissolver os torrões de açúcar e a calda engrossar.
4. Espere amornar, distribua em um refratário retangular (22 x 33 cm) e coloque as bananas. Reserve.

### CREME

1. Em uma panela, junte o leite condensado, o leite, as gemas e o amido de milho e leve ao fogo médio, mexendo sempre para não formar grumos, por cerca de 5 minutos ou até engrossar.
2. Distribua o Creme sobre as bananas. Reserve.

### COBERTURA DE MERENGUE

1. Em uma panela, misture as claras e o açúcar e leve ao fogo baixo, mexendo sem parar, por 3 minutos, tirando a panela do fogo por alguns instantes a cada minuto, continuando a mexer para não cozinhar.
2. Transfira para uma batedeira e bata até dobrar de volume e formar um merengue consistente.
3. Distribua a cobertura e leve ao forno médio (180°C), preaquecido, por cerca de 5 minutos ou até dourar o merengue.