Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas



PAN Y BOLLERÍA · VEGETARIANO

Pan de plátano

20min · 8 raciones · 269 kcal

Ingredientes

- **1** yogurt de azúcar de caña
- **2** plátanos
- **50ml** de leche
- **2** huevos
- **200gr** de harina de repostería
- **200gr** de harina de fuerza
- **15gr** de levadura fresca
- **20gr** aove

POR RACIÓN

Proteínas	**8 g**
Grasas	**5 g**
Hidratos	**48 g**
Fibra	**2,2 g**

Elaboración

1. Diluimos la levadura en la leche templada, añadimos al robot de cocina.
2. Agregamos el yogurt, los plátanos y trituramos a velocidad 4,5.
3. Añadimos el resto de ingredientes y amasamos durante 5 minutos.
4. Engrasamos un bol, ponemos la masa, la tapamos con papel film y dejamos reposar 2 horas.
5. Una vez pasado el tiempo colocamos nuestra masa en el molde donde vayamos a hornearlo previamente engrasado y dejamos reposar durante 1,5 horas.
6. Horneamos a 189 grados durante 20-25 minutos, si vemos que se dora le colocamos un trocito de papel albal encima.
7. Dejamos enfriar y servimos.

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas

cooknest.app/@coolfood-bylidya · Instagram @coolfood_bylidya