HerZechef



PAN Y BOLLERÍA · VEGETARIANO

Banana bread casero

45min · 8 raciones · 208 kcal

Ingredientes

- **3** plátanos muy maduros
- **60 g** de harina
- **60 g** de azúcar panela
- **2** huevos
- **1 cucharadita** de polvos para hornear
- **½ cucharadita** de canela en polvo
- **½ cucharadita** de nuez moscada
- **30 g** de aceite de girasol o de oliva suave
- Esencia de vainilla
- Pepitas de chocolate

POR RACIÓN

Proteínas	**3,5 g**
Grasas	**8,6 g**
Hidratos	**31 g**
Fibra	**2,2 g**

Elaboración

1. Aplastar los plátanos hasta hacer una papilla
2. Añadir la harina, el azúcar, el aceite, los huevos, los polvos para hornear, la canela, la nuez moscada y la esencia de vainilla, y mezclar todo
3. Añadir pepitas de chocolate
4. Verter la mezcla en el molde
5. Añadir más pepitas de chocolate
6. Hornear a 180° durante 45 minutos

Hecho con CookNest

Todas las recetas de HerZechef
cooknest.app/@locuraalgusto · Instagram @locuraalgusto