

POSTRES · VEGETARIANO

Bizcocho de calabaza en microondas

15min · 8 raciones · 264 kcal

Ingredientes

- **250 gramos** de calabaza
- **2** huevos grandes (L)
- **100 gramos** de harina
- **100 gramos** de azúcar (50 g de azúcar blanca y 50 g de azúcar moreno)
- **40 ml** de leche (semidesnatada)
- **40 ml** de aceite de oliva suave
- **7 gramos** de levadura química
- **1 cucharadita** de especias de pastel de calabaza
- **¼ cucharadita** de sal
- Mantequilla (para pincelar el molde)
- Cacao (para pincelar el molde)
- Crema de queso (queso crema mezclado con un poco de yogur hasta la consistencia deseada)
- Nueces picadas (para decorar)
- Miel (para decorar)

Elaboración

1. Cortamos la calabaza en trozos iguales, la ponemos en un túper, lo cerramos y cocemos en el microondas durante 6-7 minutos. Cada dos minutos abre el túper y remueve la calabaza.
2. Deja templar la calabaza y machaca hasta hacer un puré.
3. En un bol batimos los huevos con el azúcar.
4. Añadimos la leche y el aceite e integramos.
5. Incorporamos la calabaza y tamizamos sobre el bol la harina, la levadura, las especias de pastel de calabaza y la sal.
6. Mezclamos todo y reservamos.
7. Pincelamos el molde donde vamos a hacer el bizcocho con mantequilla y espolvoreamos cacao.
8. Vertemos la masa del bizcocho y llevamos el molde al microondas, 6 minutos a máxima potencia.
9. Comprueba que el bizcocho está listo pinchando con un palillo y que salga limpio.
10. Deja templar y desmolda.
11. Cubre el bizcocho con la crema de queso y yogur, añade unas nueces troceadas y miel.

RECOMENDACIONES

Se puede tomar en el desayuno o la merienda.

POR RACIÓN	5,1 g Proteínas	15 g Grasas	28 g Hidratos	1 g Fibra

Hecho con CookNest



Todas las recetas de Recetas para el día a día con Javier Linde

cooknest.app/@recetasconjavier · Instagram @recetasconjavier