

PAN Y BOLLERÍA · VEGETARIANO

Bizcocho especiado de calabaza y plátano

1h · 10 raciones · 275 kcal

Ingredientes

- **2** plátanos maduros
- **240 gramos** de puré de calabaza asada
- **250 gramos** de harina
- **110 gramos** de azúcar moreno
- **80 mililitros** de aceite de oliva suave
- **2 cucharadas** de especias de pastel de calabaza
- **4 gramos** de levadura
- **1/2 cucharadita** de bicarbonato
- **1/4 cucharadita** de sal
- **1** chorrito de vainilla
- **75 gramos** de pepitas de chocolate negro

POR RACIÓN

Proteínas	**3,8 g**
Grasas	**10 g**
Hidratos	**43 g**
Fibra	**3 g**

Elaboración

1. Precalienta el horno a 180ºC.
2. Pon los plátanos y la calabaza asada en un bol y machaca hasta quedar un puré homogéneo.
3. Añade el azúcar, el aceite, la vainilla e integra todo.
4. Sobre el bol pon un colador y tamiza la harina junto con las especias, la levadura, bicarbonato y la sal.
5. Integra todo y cuando esté homogéneo añade las pepitas de chocolate, envolviendo con una lengua.
6. Vierte en un molde de cake con papel de horno, alisa la superficie y pon en la superficie medio plátano cortado longitudinalmente.
7. Lleva al horno durante 55 minutos.
8. Al sacar el bizcocho, pincela el plátano con sirope de agave, deja enfriar y desmolda.
9. Ya solo queda cortar el bizcocho y disfrutar.

Hecho con CookNest