The Green Fork



PA I PASTISSERIA · VEGÀ

Pa de plàtan vegà

4 racions · 475 kcal

Ingredients

- **3** plàtans madurs
- **70g** d'oli d'oliva
- **30ml** de llet vegetal
- **1cdta** d'extracte de vainilla
- **100g** de sucre o panela
- **210g** de farina
- **3cdtes** de llevat
- **1/2cdta** de bicarbonat
- Un pessic de sal
- **1cdta** de canyella
- Fruits secs trossejats (jo he posat avellanes, anous i ametlles) i xips de xocolata (opcional)

PER RACIÓ

Proteïnes	6,5 g
Greixos	22 g
Hidrats	60 g
Fibra	3,5 g

Elaboració

1. Coure al forn a 180°C durant 40'

Fet amb CookNest



Totes les receptes de The Green Fork

cooknest.app/@thegreennfork · Instagram @thegreennfork