



Pan de calabacín y zapallo

Porciones 10 | Tiempo de preparación 15 min |

Tiempo total 1 hora 15 min

Equipamiento: Rallador, molde para pan, tazón grande, tazón mediano

Utensilios: Tazas y cucharas medidoras, cuchara para mezclar, batidor o tenedor

Ingredientes

Aerosol antiadherente

2 huevos

1/2 taza de azúcar negra

1/2 lata de 15 oz de zapallo

1/4 taza de puré de manzana

1/2 cucharada de extracto de vainilla (regular o imitación)

1 1/2 taza de harina común

1/2 cucharadita de bicarbonato de sodio

1/2 cucharadita de polvo para hornear

1 cucharadita de canela molida

1 taza de calabacín rallado (aproximadamente 1 calabacín grande)

Instrucciones

1. Antes de comenzar, lávese las manos y lave las superficies, los utensilios, las tapas de las latas y las verduras.
2. Precaliente el horno a 350 grados.
3. Rocíe el molde para pan con aerosol antiadherente.
4. Combine los huevos, el azúcar, el zapallo, el puré de manzana y el extracto de vainilla en un tazón grande y use un batidor o tenedor para integrar.
5. En un tazón mediano, mezcle la harina, el bicarbonato de sodio, el polvo para hornear y la canela.
6. Agregue los ingredientes secos a la mezcla de zapallo y revuelva para combinar.
7. Incorpore lentamente el calabacín a la mezcla de zapallo teniendo cuidado de no mezclar de más.
8. Hornee por 55 a 60 minutos o hasta que inserte un palillo en el centro del pan y salga limpio.

Información nutricional:

Calorías 140

Grasas totales 1,5 g

Sodio 105 mg

Carbohidratos totales 28 g

Proteína 4 g