



# Pastel de zanahoria simple

Porciones: 12 | Tiempo de preparación: 20 minutos. |

Tiempo total: 50 minutos.

**Equipamiento:** fuente para hornear de 9 x 13 pulgadas, tazón grande, papel de aluminio  
**Utensilios:** Espátula para revolver, palillo, tazas y cucharas medidoras

## Ingredientes

Aerosol antiadherente

1 caja de mezcla para pastel con especias

3 huevos grandes, a temperatura ambiente

1/4 taza de puré de manzana

1/4 taza de aceite vegetal o aceite de canola

3 tazas de zanahoria, ralladas

1/2 taza de nueces cortadas (opcional)

4 cucharas de queso crema reducido en grasas (opcional)

## Instrucciones

1. Antes de comenzar, lávese las manos y lave las superficies y los utensilios.
2. Precaliente el horno a 350 grados y rocíe el molde para hornear de 9 x 13 pulgadas con aerosol antiadherente.
3. Mezcle bien los huevos, el puré de manzana, el aceite y la mezcla para pastel en un tazón grande, raspando los lados del recipiente hasta que no queden grumos de ingredientes secos. Incorpore las zanahorias y las nueces (si las usa), hasta que estén distribuidas por toda la masa. Vierta la masa en la bandeja para hornear.
4. Hornee por 23 – 30 minutos o hasta que el palillo salga limpio cuando lo inserta. Cubra la parte superior de la torta con papel de aluminio para evitar que se dore demasiado si es necesario.
5. Deje que el pastel se enfríe completamente dentro de la bandeja. Una vez que el pastel se haya enfriado, gláséelo con queso crema (si lo usa).

## Información nutricional:

Calorías 200

Grasas totales 11 g

Sodio 220 mg

Carbohidratos totales 20 g

Proteína 3 g