



Pastel de calabaza sin corteza

Porciones: 8 | Tiempo de preparación: 10 minutos. |

Tiempo total: 1 hora 5 minutos.

Equipamiento: fuente para pastel de 9 pulgadas, tazón grande, papel de aluminio

Utensilios: Tenedor o cuchara para revolver, palillo, tazas y cucharas medidoras

Ingredientes

Aerosol antiadherente

2 huevos grandes

1 lata de 15 oz de puré de zapallo

1 1/2 cucharas de aceite de canola O aceite vegetal

1/4 cucharadita de sal

2 cucharaditas de especia para pastel de calabaza O 1 cucharadita de canela, 1/2 cucharadita de jengibre, 1/4 cucharadita de nuez moscada

1 taza de leche descremada en polvo

1/4 taza de harina común

2/3 taza de azúcar

3/4 taza de agua

Instrucciones

1. Antes de comenzar, lávese las manos y lave las superficies, los utensilios y las tapas de las latas.
2. Precaliente el horno a 350 grados. Rocíe una fuente para pastel de 9 pulgadas con aerosol antiadherente. Reserve.
3. Rompa los huevos en un tazón grande. Lávese las manos con agua y jabón después de romper los huevos crudos. Agregue el resto de los ingredientes, excepto el agua, y mezcle.
4. Incorpore lentamente el agua hasta que esté bien mezclado. Vierta en una bandeja para pastel preparada.
5. Hornee durante 45 a 55 minutos en total, revise a los 40 minutos. Si los bordes están demasiado dorados, retire del horno y aplique un anillo suelto de papel de aluminio que cubra los bordes, y vuelva a colocarlo en el horno hasta que termine. El pastel está terminado cuando está cocido en el centro, y cuando inserta un palillo y sale limpio.

Información nutricional:

Calorías 170 Grasas totales 4g Sodio 140mg Carbohidratos totales 28g
Proteína 6g