

PANQUÉ DE PLÁTANO GABY

(2 panqués medianos)

INGREDIENTES:

140g harina de trigo	2 huevos
130g harina integral	100g aceite vegetal
1cdita bicarbonato de sodio	80g de leche
1cdita polvo para hornear	1cdita vainilla o 10g
1/2cdita canela o pumpkin spice	4 plátanos maduros
1/2cdita sal fina	
115g azúcar mascabado	80g chispas de chocolate
160g azúcar estándar	50g nuez



UTENSILIOS Y EXTRAS:

Moldes para cupcakes o panquecitos o 2 moldes medianos
Mezcla infalible o mantequilla y harina
Rejilla

PROCEDIMIENTO:

- 1 Precalienta el horno a 180° si es de gas o 170° si es de convección.
- 2 Engrasa y enharina los moldes o aplica mezcla infalible. Reserva en refrigeración o congelación.
- 3 Ingresa al vaso 50g de nuez y pica 2seg vel 5.. Reserva
- 4 Ingresa al vaso 140g de harina de trigo, 130g de harina integral, 1cdita de bicarbonato de sodio, 1cdita de polvo para hornear, 1/2cdita de canela o pumpkin spice y 1/2cdita de sal. Mezcla 10seg vel 3.5. Reserva.
- 5 Ingresa al vaso 115g de azúcar mascabado, 160g de azúcar estándar, 2 huevos, 10g de vainilla, 80g de leche, 100g de aceite y 4 plátanos. Licúa 10seg vel 4.
- 6 Regresa la mezcla de los secos al vaso y mezcla 8seg vel 5.
- 7 Añade 80g de chispas de chocolate y la nuez reservada. Mezcla con ayuda de la espátula.
- 8 Vierte la mezcla en los moldes hasta un máximo de 3/4 de capacidad para que al crecer no se desborden.
- 9 Hornea los moldes pequeños de 18-20min o hasta que al introducir un palillo por el centro, este salga seco. En moldes más grandes de 25-35min o hasta que el palillo salga seco.
- 10 Saca del horno, deja templar en el molde por 10-15min, pasa una espátula de silicón suave por los bordes para facilitar el desmoldado y reposan en rejilla para que no se humedezcan.
- 11 Una vez hayan enfriado totalmente, con ayuda de un colador de malla fina decora con azúcar glass.

Enjoy!

Gaby Bernal
En tu cocina