



QUEQUE

Zapallo – Miel

Tiempos

Preparación

10 min

Horneado

50 minutos



Fácil



Con o Sin gluten



INGREDIENTES

- 3/4 taza de zapallo cocido
- 1 taza de harina integral o avena
- 4 cucharadas de miel
- 1 huevo
- 1/4 taza de leche vegetal
- 1 cucharada de aceite de oliva
- 1 cucharadita de vainilla
- 1 cucharadita de canela
- 1/4 de cucharadita de jengibre
- 1 cucharadita de polvos de hornear
- 1/2 cucharadita de bicarbonato
- 2 cucharaditas de vinagre de manzana

RECETA:

- ✓ Comenzar mezclando el aceite con miel, hasta integrar ambas cosas muy bien.
- ✓ Agregar el huevo, la leche y la vainilla, mezclar muy bien.
- ✓ Continuar con la harina, la canela y el jengibre.
- ✓ Finalmente agregar los polvos y el bicarbonato, junto con el vinagre de manzana.
- ✓ Llevar a un molde para queque si es de metal, aceitar y enharinar para evitar que se pegue.
- ✓ Hornear por 50 a 60 minutos a 170 grados.



Tips: Decorar con semillas de zapallo y miel