



COCINA RICA Y SANA



INGREDIENTES

Para el bizcocho

- 2 cucharadas de aceite de oliva
- 2 huevos
- 1/4 taza de harina de avena
- 1/4 taza de almidón de maíz
- 1 cucharadita de polvos de hornear
- Endulzante a gusto

Para el relleno

- 10 dátiles previamente remojados
- 1 cucharada de ron
- 1 cucharadita de azúcar
- 1 cucharada de agua caliente
- Chocolate para bañar.

CHOCMAN

Tiempos

Preparación

10 min

Horneado

10 min



Fácil



Sin gluten

RECETA:

- ✓ Comenzar batiendo el huevo junto con el aceite. Agregar el harina, el almidón de maíz y los polvos de hornear, hasta integrar todo.
- ✓ Probar la mezcla agregar endulzante hasta ajustar el dulzor adecuado.
- ✓ Llevar a los moldes, yo use el molde de barritas de @cocina_ricaysana.
- ✓ Hornear por 10 minutos a 180 grados
- ✓ Para el relleno, procesar los dátiles con un poco de agua del remojo, hasta obtener una textura de manjar.
- ✓ Para el remojo, mezclar el ron, el agua y el azúcar, hasta que se desintegre el azúcar.
- ✓ Cortar los bizcochos para rellenar.
- ✓ Mojar ambos lados del bizcocho con el remojo.
- ✓ Agregar el manjar de dátiles.
- ✓ Bañar en chocolate con una capa suave.



Tips: Para el baño de chocolate hazlo sobre el mat @cocina_ricaysana para no perder nada.

Autor: Trini Beitia @Cocina_ricaysana