

# PANQUÉ DE ZANAHORIA CON NUEZ

Deliciosos Panqué, suave y esponjoso.

¡Tienes que probar!

## INGREDIENTES

**PORCIÓN: 4 Personas**

- 2 zanahorias
- 1/2 taza nuez
- 250 g. harina de trigo
- 150 g. azúcar
- 3 cucharadas de fécula de maíz
- 2 cucharaditas de polvo para hornear
- 1/4 de cucharadita de sal
- 1/4 de taza de aceite vegetal
- 1 y 1/4 tazas de leche vegetal

**NOTA: TODAS LAS FRUTAS Y VERDURAS DEBEN DE ESTAR PREVIAMENTE LAVADAS Y DESINFECTADAS.**

## MODO DE PREPARACIÓN

1-Cernimos en un tazón 250 g de harina de trigo, 3 cucharadas de fécula de maíz, 2 cucharaditas de polvo para hornear y  $\frac{1}{4}$  de cucharadita de sal. Mezclamos bien.

2-Agregamos  $\frac{1}{4}$  de taza de aceite vegetal, mezclamos. Agregamos poco a poco 1 y  $\frac{1}{4}$  de tazas de leche vegetal. Agregamos poco a poco 150 g de azúcar. Mezclamos muy bien en lo que vamos agregando intercalado, el azúcar con la leche.

3-Agregamos 2 zanahorias peladas y ralladas. Mezclamos con una pala de cocina. Agregamos  $\frac{1}{2}$  taza de nuez picada. Mezclamos y apartamos.

4-En un molde para panqué, vertemos un poco de aceite vegetal y lo esparcimos por todos lados. Colocamos en el fondo papel para hornear y enharinamos las paredes del molde. Vaciamos la mezcla en el molde.

5-Metemos el molde en el horno precalentado a 180° C o 350° F durante 45 minutos. Pasado este tiempo, revisamos de cocción introduciendo un palillo en el centro del panqué. Éste debe de salir seco.

6-Apagamos el horno y sacamos el molde. Dejamos enfriar un poco y desmoldamos.

7-Presentamos.

## VER RECETA

**@marianavarela2717**

**Delicioso!!!! Bendiciones Señora Bonita y a su hijo !!!  
la mejor parte del vídeo es que cuando el camarógrafo  
lo prueba, las caras de felicidad de su hijo!!! lo voy  
hacer para el día del padre !!**

**@pilarbenavides6601**

**Acabo de hacer el panqué me quedo delicioso ...  
bendiciones para ustedes , gracias por compartir estas  
recetas fáciles , sencillas , sanas y deliciosas .  
Saludos desde Ecuador ☐☐**

**@hectorchavez8938**

Muchas gracias por darnos la receta si están muy exquisitas todas las recetas la mayoría le hace preparado le doy gracias a Dios porque cambié mi alimentación

**@tossetastef**

Nunca le tomo foto a todo lo que he podido preparar gracias a ustedes. Pero mi esposo, mi estomago y nuestros corazones, les están bien agradecidos.