



Bizcocho de calabaza

Descripción

[vc_row][vc_column width=»1/3?][vc_column_text]Esta receta de bizcocho de calabaza es una maravilla. Muchas veces me pasa tener «periodos culinarios», y tuve un periodo de bizcochos con base de verduras. Después de varios intentos, terminé elaborando esta receta, y ¡estoy muy orgullosa de ella! ? Ni demasiado dulce, tampoco sin sabor, es un justo intermedio entre una merienda rica y saludable.[/vc_column_text]/[vc_column][vc_column width=»2/3?][vc_single_image image=»2696? img_size=»full» onclick=»zoom»]/[vc_column]/[vc_row][vc_row][vc_column][vc_column_text]

Receta del bizcocho de calabaza

[/vc_column_text]/[vc_column][vc_row][vc_row equal_height=»yes» content_placement=»top» css=».vc_custom_1578327110108{background-color: #f0f0f0 !important;}»][vc_column width=»1/4?][vc_column_text]8-10 pers[/vc_column_text]/[vc_column][vc_column width=»1/4?][vc_column_text]Preparación 30 min[/vc_column_text]/[vc_column][vc_column width=»1/4?][vc_column_text]Cocción 50 min[/vc_column_text]/[vc_column][vc_column width=»1/4?][vc_column_text]Nivel medio[/vc_column_text]/[vc_column]/[vc_row][vc_row][vc_column width=»1/3?][vc_column_text css=».vc_custom_1583694575952{background-color: #f0f0f0 !important;}»]

Ingredientes

- 450g de calabaza
- 3 huevos
- 100g de azúcar
- 1/2 vaso de aceite de girasol
- 230g de harina
- 1 mandarina
- 1 sobre de levadura en polvo
- 1 cucharada de café de extracto de vainilla o 1 sobre de azúcar de vainilla
- 1 cucharada de café de canela

Para el glaseado (facultativo) :

- 150g de chocolate de cobertura (negro)
- 70g de mantequilla

[/vc_column_text][vc_column][vc_column width=»2/3?][vc_column_text]

Paso a paso

1. Empezar por la preparación de la calabaza. Pelarlo y cortarlo en cubos de 1-2 cm de ancho y cocinarlos al vapor hasta que estén bien cocidos y que se pueda hacer un puré. Dejar enfriar.
2. Precalentar el horno a 200°C.
3. Luego, separar la clara de las yemas de los huevos. Poner las claras en un recipiente a parte y guardar para más adelante. Mezclar las yemas con el azúcar batiendo muy fuerte hasta obtener una mezcla espumosa y blanca (batir 3 a 4 min).
4. Después, exprimir el jugo de la mandarina.
5. En un recipiente aparte, mezclar el puré de calabaza, el aceite, el zumo de mandarina, el extracto de vainilla (o el azúcar de vainilla) y la canela. Agregar esta mezcla al huevo con azúcar, y luego incorporar la harina y la levadura en polvo poco a poco. Mezclar bien hasta obtener una masa fluida y homogénea.
6. En otro recipiente, montar las claras a punto de nieve con una pizca de sal. Una vez bien firmes, añadirlos delicadamente a la masa con una espátula.
7. Ponerle mantequilla a un molde cuadrado y verter la masa.
8. Hornear a temperatura media (180°C) durante 50 minutos. Hay que verificar la cocción de forma regular. Si el bizcocho empieza a quemar, bajar la temperatura a 160°C y cubrir con una hoja de papel aluminio. Para verificar el punto de cocción, plantar un cuchillo en la masa. La punta tiene que salir limpia.
9. Para los más golosos, se puede añadir un glaseado. Una vez el bizcocho esté cocido, dejarlo enfriar y sacarlo del molde. Derretir el chocolate con la mantequilla y cubrir el bizcocho. Luego, dejar enfriar en la nevera durante 1h.

[/vc_column_text][vc_column][vc_row][vc_row][vc_column][vc_column_text]

Trucos para el bizcocho de calabaza

- Cambio el azúcar por panela, lo hace menos dulce y más sano.

- Este bizcocho se puede demorar en cocinar, porque está hecho con puré de verduras. No dudes en prolongar el tiempo de cocción de ser necesario. Por ejemplo, si lo haces en un molde alargado tipo cake, necesitará más tiempo de cocción.
- Puedes cocinar la calabaza al horno o hervirla. En este último caso, déjala bien escurrir, sino la masa será demasiado líquida y el bizcocho se demorará mucho más en cocinarse.

[/vc_column_text][/vc_column][/vc_row][vc_row content_placement=»middle»][vc_column width=»1/6?»][/vc_column][vc_column width=»2/3?»][vc_message message_box_color=»mulled_wine» icon_fontawesome=»fa fa-camera» css=».vc_custom_1578334845364{background-color: #f0f0f0 !important;}»]

Si cocinas recetas del blog, no dudes en sacar fotos al resultado y publicarlas en redes sociales con la mención **@vidaypimienta** o el hashtag **#vidaypimienta**

¡Muchas gracias por tu colaboración y que cocines rico!

[/vc_message][/vc_column][vc_column width=»1/6?»][/vc_column][/vc_row][vc_row content_placement=»middle»][vc_column][vc_separator color=»mulled_wine» border_width=»3? el_width=»50?»][/vc_column][vc_column][vc_masonry_grid post_type=»post» max_items=»-1? style=»lazy» items_per_page=»4? show_filter=»yes» element_width=»3? gap=»10? orderby=»rand» item=»basicGrid_NoAnimation» initial_loading_animation=»none» grid_id=»vc_gid:1583696734272-9f005248-ba2b-1? taxonomies=»98, 184? filter_source=»category»][/vc_column][/vc_row]

CATEGORY

1. Merienda y snacks
2. Rincón dulce

POST TAG

1. bizcocho
2. verduras

Categoría

1. Merienda y snacks
2. Rincón dulce

Etiquetas

1. bizcocho
2. verduras

Fecha de creación

08/03/2020

Autor

admin