

19-Oct-2015

lunes, 19 de octubre de 2015

RECETA PARA NIÑOS CON KIWIS ZESPRI (BIZCOCHO DE KIWI)

El kiwi es una de mis frutas favoritas siempre me gusta escoger la variedad zespri green, ese toque ácido me gusta, es una fruta que esta habitualmente en mis desayunos por su vitamina c y, para combatir los resfriados que tenemos ahora con este cambio de tiempo; además de su alto contenido en fibra.



Como la receta de hoy es para niños, he decido hacer un rico bizcocho algo que le gusta a todos los niños, es rico desayuno o una merienda reconstituyente para cargar las pilas, y los niños no les gusta comer la fruta en muchas ocasiones hay que camuflarla así que que mejor que un bizcocho.



Ingredientes:

200 gr de harina
2 cucharadas de levadura
180 gr de azúcar
170 gr de mantequilla a temperatura ambiente
2 kiwis zespri green
1 cucharada de extracto de vainilla
3 huevos



19-Oct-2015



Elaboración:

Precaentamos el horno a 180° y engrasamos el molde.

Mezclamos la mantequilla y el azúcar hasta que queden integrados, a continuación añadimos los huevos y la vainilla y seguimos batiendo y añadimos la harina y la levadura ya tamizadas batimos hasta que no queden grumos y añadimos un kiwi troceado y mezclamos con la espátula.

Vertemos la mezcla sobre nuestro molde y distribuimos el resto de kiwis por encima.

Metemos al horno y dejamos una hora, o hasta que veamos que este hecho, depende de cada horno.

Si vemos que se hace por arriba protegemos nuestro bizcocho con papel de aluminio.



Lo dejamos enfriar en el molde

Y listo para una merienda sana, rica y nutritiva.

Natalia.