

# Pan de plátano

Este plato, entre postre y pan, os gustara mucho, si quereis aligerarlo, añadir canela molida (10gr) y copos de avena 1/3 de taza.

## INGREDIENTES

 x2

- 1+1/4 taza de harina
- 1 taza de nueces trocedas
- 1 taza de plátano machacado
- 1/2 taza de azucar
- 1/3 taza de aceite
- 1/3 taza de leche
- 2 huevos
- Polvo para hornear



## INFORMACIÓN

### NUTRICIONAL

Por persona

Kcal	291
Lípidos	15,5
Proteínas	7,7
Carbohidratos	35,4

 i

## ELABORACIÓN

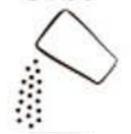
[mividasana.es](http://mividasana.es)



1. Precalentar el horno a 180°C / engrasar el molde del pan



2. Mezcle en un recipiente hondo los plátanos, el azúcar, el aceite, la leche y los huevos



3. Agregue la harina, la taza de nueces en trozos, el polvo para hornear.



4. Vierta la mezcla en el molde y hornee por 60 minutos o hasta que al insertar un palillo este salga limpio.



Mi vida sana