



Coffee cake de plátano

Tiempo de preparación: 15 minutos

Tiempo de cocimiento: 1 hora 15 minutos

Tiempo total: 1 hora 30 minutos

Porciones: Panqué grande (23 cm.)

Esta receta la hago desde hace más de 20 años, es delicioso este panquecito. Es como darle un giro al coffee cake tradicional gracias al sabor que le aporta el plátano.

Muy fácil de hacer, se puede en batidora pero yo prefiero hacerlo a mano con un buen batidor de globo. Se toma su buen tiempo en el horno porque es denso, pero si le damos su tiempo y con paciencia, obtendremos un panqué con una miga apretada pero bien estructurada, sin apelmazarse.

Se puede hacer en moldes para panqué mini también y es muy práctico porque se puede congelar e irlos sacando conforme se vayan utilizando. Si hacemos el panqué grande se puede rebanar y congelar ya rebanado, de esta forma se pueden tomar porciones individuales cuando tengamos antojo de algo dulce. Sabe delicioso cuando se pone a calentar una rebanada en el comal. Incluso se pueden hacer quequitos, pero siempre he pensado que es muy «sexy» ver un panqué completo bien horneado, tan rústico y atemporal. Me encantan los panqués.

Ingredientes:

- 3 Plátanos.
- 1 Taza de azúcar.
- 2 Tazas de harina.
- ½ Taza de aceite.
- 1 Taza de nuez picada en trozos medianitos.
- 3 Cucharadas de leche.
- 1 Cucharada de vainilla.
- 1 cucharadita de bicarbonato.
- ½ cucharadita de polvo de hornear.
- ½ cucharadita de sal.
- ¼ cucharadita de canela en polvo.
- 2 Huevos grandes.

Procedimiento:

1. En un bowl hondo se ponen los huevos, azúcar y aceite. Se baten a mano con un batidor de globo hasta que queden muy bien integrados. La mezcla debe quedar de un color amarillo claro y ya casi



Coffee cake de plátano

no deben sentirse los granitos de azúcar.

2. Aparte en otro recipiente, se ciernen 3 veces los ingredientes secos: harina, bicarbonato, sal, canela y polvo de hornear.
3. Los plátanos se machacan en un plato, con un tenedor hasta que queden muy bien desbaratados (con grumos pequeños está bien) y ahí mismo se incorporan la vainilla y la leche.
4. Los ingredientes secos se van agregando al bowl con los huevos, aceite y azúcar y se mezcla muy bien. Queda una masa densa y apretada.
5. Cuando ya se humedecieron todos los ingredientes secos, se agrega el plátano con la vainilla y la leche. Se mezclan muy bien.
6. Por último se agrega la nuez picada y se integra.
7. Se vacía la mezcla en un molde para panqué (23 cm. x 12 cm. x 8 cm.), engrasado con aceite en spray y luego, forrado con papel pergamino.
8. Se lleva al horno precalentado a 180°C por aproximadamente 1 hora o más (puede ser hasta 1 hora y 15 minutos depende de cada horno) hasta que se haga la prueba del palillo y salga completamente seco.

¡BUEN PROVECHO!

