



**KEEP
CALM**
AND
**UN MOMENTO
POR FAVOR**

UN ESPACIO { PARA TI, } SI TE SIRVE EN ESTOS DÍAS



BIZCOCHO DE NARANJA Y CHOCOLATE

(Colaboración de Luís Morera, del colegio de Denia)

Ingredientes:

- ✓ 150 gr de harina de espelta integral
- ✓ 2 Cdas grandes de harina de algarroba (opcional)
- ✓ 1 Cda grande de cacao en polvo desgrasado (o 2 si no se utiliza la harina de algarroba)
- ✓ 1 sobre de levadura en polvo
- ✓ 3 huevos
- ✓ 75 ml de aceite de oliva virgen extra
- ✓ 60 gr de dátiles deshuesados
- ✓ 100 ml de leche
- ✓ 1 naranja
- ✓ 20 gr de chocolate del 85%

Ingredientes:

1. Hidratar los dátiles al menos unos 10 minutos
2. Precalentar el horno a 180°
3. Batir los huevos junto con el aceite, la leche y los dátiles.
4. Añadir la naranja troceada (piel incluida) y batir de nuevo.
5. Verter la mezcla en un bol y con la ayuda de un colador agregar la harina de espelta y levadura poco a poco. Ir mezclando.
6. Separar la masa en dos y agregar la harina de algarroba y el cacao a una de ellas. Utilizar de nuevo un colador para que no queden grumos.
7. Picar el chocolate y añadirlo a la mezcla de algarroba.
8. Engrasar un molde con aceite de coco.
9. Ir alternando las dos masas en el molde y hornear unos 40 minutos.

TIENE
SU
**Todo
tiempo**



KEEP
CALM

AND

UN MOMENTO
POR FAVOR

UN ESPACIO { PARA TI, } SI TE SIRVE EN ESTOS DÍAS

A tener en cuenta:



Se puede hacer sólo de naranja ya que queda muy rico.



Si no se tiene harina de algarroba, se puede poner sólo cacao.



Si no se quiere que la piel de la naranja amargue un poco, retirarla antes de triturarla. A mi con la piel incluida me encanta.

Para más recetas saludables puedes consultar mi instagram @lewis_mulberry.



maristas

Provincia Mediterránea

TIENE
SU
Todo
tiempo