

DOLCI, FRUTTA E DESSERT

Ciambella banana e cioccolato fondente

di: *stefymania*

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 20 min COTTURA: 50 min COSTO: medio

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

FARINA 00 200 gr

CACAO AMARO 2 cucchiaini da tavola

COCCO DISIDRATATO 2 cucchiaini da
tavola

OLIO DI SEMI 1 cucchiaio da tavola

ZUCCHERO DI CANNA 50 gr

BANANE 2

CANNELLA IN POLVERE 1 pizzico

CIOCCOLATO FONDENTE 100 gr

LATTE DI SOIA

LIEVITO PER DOLCI 1 bustina

MANDORLE IN SCAGLIE

ORZO SOLUBILE 3 cucchiaini da tavola

PREPARAZIONE

1 Unire in una ciotola tutti gli ingredienti secchi. Schiacciare a parte le banane con un po' di latte di soia, unire al composto secco.

Aggiungere l'olio ed il latte di soia, quanto ne basta a rendere il composto abbastanza denso.

Livellare l'impasto in una teglia a ciambella oliata ed infarinata e infornare a 180°C per 50 minuti.

Guarnire con mandorle affettate e cioccolato fuso.