

Pastel de chocolate

16 porciones

Ingredientes

- 1½ tazas de harina común
- ¾ de taza de azúcar moreno
- ⅓ de taza de cacao en polvo sin azúcar
- 1 cucharadita de bicarbonato
- ½ cucharadita de sal
- ¼ de taza de puré de manzana sin azúcar
- ¼ de taza de aceite de canola
- 1 cucharada de vinagre
- 1 cucharadita de extracto de vainilla
- 1 taza de agua fría
- Spray de cocina antiadherente



Preparación

1. Precaliente el horno a los 350°F.
2. En un tazón grande, mezcle la harina, el azúcar moreno, el cacao en polvo, el bicarbonato y la sal.
3. En un tazón mediano, mezcle el puré de manzana, el aceite, el vinagre, la vainilla y el agua.
4. Agregue los ingredientes húmedos a los ingredientes secos. Mezcle hasta que esté combinado. No mezcle demasiado. La masa estará clara.
5. Cubra un molde para hornear cuadrado de 9 pulgadas con spray de cocina. Vierta la masa en el molde engrasado.
6. Hornee en la rejilla del medio hasta que el centro esté firme y un palillo insertado en el medio salga limpio. Esto será de unos 30-40 minutos.

Notas del chef:

- Si duplica la receta, use 2 moldes (de 9 pulgadas). Este pastel no funciona bien en un molde de 9 por 13 pulgadas.
- Prepare muffins de chocolate en lugar de pastel. Vierta la masa en un molde para muffins de 12 tazas cubierto en spray de cocina antiadherente. Hornee como en el paso 6 durante aproximadamente 25 minutos.
- Decore el pastel espolvoreándolo con azúcar en polvo. Sirva con 1 cucharada de yogur de vainilla bajo en grasa y con bayas frescas o descongeladas.
- Use harina de trigo integral en lugar de la mitad de la harina común, si puede.
- Vinagre blanco o de sidra funcionará en esta receta.
- Use puré de manzana sobrante para un refrigerio saludable.



SNAP-Ed

WASHINGTON STATE UNIVERSITY
EXTENSION

facebook.com

/WSUExtensionSnohomishCountySNAPEd