COCINANDOPORLAVIDA
Recetas paso a paso

Ver receta en la web



Banana bread casero fácil y esponjoso: la receta perfecta

Receta para 8 porciones

Preparación: 15 min
Total: 1 h
Dificultad: Fácil

INGREDIENTES

- [ ] 3 unidades (maduro) Plátano
- [ ] 2 unidades (Mediano) Huevo
- [ ] 100 gramos Azúcar moreno
- [ ] 80 gramos Mantequilla
- [ ] 200 gramos Harina de trigo
- [ ] 1 cucharadita Levadura química
- [ ] 1 cucharadita Bicarbonato
- [ ] 1 pizca Sal
- [ ] 1 cucharadita (opcional) Canela en polvo
- [ ] 60 gramos Nueces

PREPARACIÓN

1. En un bol grande, aplasta los plátanos maduros con la ayuda de un tenedor hasta obtener un puré suave. Este será el ingrediente base y el que aportará la humedad característica del banana bread.

2. Añade los huevos, el azúcar y la mantequilla derretida al puré de plátano. Mezcla bien con unas varillas manuales hasta integrar todos los ingredientes y obtener una mezcla homogénea.

3. En otro recipiente, tamiza la harina junto con la levadura, el bicarbonato, la canela y la pizca de sal. Este paso ayuda a que el bizcocho quede más esponjoso y con una miga ligera.

4. Incorpora los ingredientes secos poco a poco en la mezcla húmeda, removiendo con movimientos envolventes para no perder aire. La clave está en no batir en exceso para evitar que el pan quede denso.

5. Si lo deseas, añade las nueces picadas o como alternativa pepitas de chocolate en este momento y mezcla suavemente para distribuirlas de manera uniforme.

---

6. Vierte la masa en el molde preparado (ver el recomendado arriba). Extiende la superficie con una espátula para que quede nivelada.

---

7. Hornea en un horno precalentado a 180 °C durante 45–50 minutos, o hasta que al pinchar con un palillo salga limpio.
Si quieres prepararlo en freidora de aire, precalienta 5 minutos a 200 grados. Luego, hornea 12 minutos a 180 grados y 13 minutos a 180 grados pero cubriendo el bizcocho con papel de plata (así evitarás que se queme la parte superior y quedará perfecto por dentro).
Una vez listo, deja reposar el banana bread en el molde unos 10 minutos antes de desmoldar y enfría sobre una rejilla.
¡Y listo!