

Pan dolce alla zucca

Il pan dolce alla zucca è la ricetta che ti proponiamo oggi. Morbido, dolce e dal sapore delizioso.



La ricetta di oggi ha come protagonista la **zucca, ingrediente tipico autunnale**. Dal colore arancione e dal sapore dolce, è la verdura perfetta per la preparazione di tantissimi piatti, dai più dolci ai più salati. Noi abbiamo realizzato un **pan dolce**, a cui abbiamo aggiunto qualche pezzetto di **noci** e **la crema spalmabile di mandorle**. Prova anche tu questa **delizia autunnale**. Ti conquisterà il palato.

Difficoltà: bassa

Costo: basso

Tempo di preparazione: 60 min.

Ingredienti

Per 1 pane (Ø 20 cm)

125 g di farina di riso integrale

125 g di farina di avena

50 g di zucchero di canna integrale

3 cucchiaini di lievito per dolci Despar

Noci intere per decorare

Un pizzico di sale integrale

350-400 g di zucca delica

Olio extra vergine di oliva 100% italiano Despar Premium q.b.

60 g di crema spalmabile di mandorle senza zucchero

20 g di olio di cocco (o olio extravergine di oliva)

200 ml di acqua naturale

Procedimento

Per la purea di zucca

1. Preriscalda il forno a 160 °C (statico) e rivesti una teglia con carta da forno.

2. Lava la zucca sotto acqua corrente e puliscila bene con una spugnetta per eliminare ogni residuo di terra. Tagliala a cubetti (se è bio, lascia la buccia).

3. Disponila sulla teglia e irrorala con olio. Mescola bene per distribuire l'olio. Inforna per 40 minuti senza girarla. Lascia intiepidire per 10 minuti, poi frullala, riducendola in purea.

Per il pane

1. In una ciotola metti tutti gli ingredienti secchi (fatta eccezione per le noci) e mescolali.

2. Sciogli per alcuni istanti l'olio di cocco in un pentolino e frulla con la purea di zucca, la crema di mandorle e l'acqua fino a ottenere un composto liscio.

3. Versalo nella ciotola degli ingredienti secchi e mescola.

4. Ungi lo stampo con dell'olio e versa un pochino di farina di riso. Distribuiscila bene ed elimina quella in eccesso sbattendo lo stampo. Versa il composto nello stampo e livella bene. Spolvera la superficie con dello zucchero e decora la superficie con le noci. Inforna per 60 minuti a 160 °C (se necessario copri la superficie con un foglio di carta da forno a metà cottura per evitare che le noci si brucino).