



Pan de calabacín y zanahoria

Nadie notará que este pan ligeramente dulce está lleno de vegetales extra, que son una ventaja tanto para tu paladar como para tu salud.

Ingredientes:

- 1 tz puré de manzana sin azúcar
- ¾ tz zanahoria rallada
- ¾ tz calabacín pelado y rallado
- ½ tz azúcar
- 2 huevos
- 1½ cda pumpkin pie spice
- 1 cda canela molida
- ½ cda nuez moscada molida
- 3 tz harina todo uso
- 1 cda polvo de hornear
- ½ cda bicarbonato de sodio
- ½ cda sal
- ¾ tz jugo de naranja
- ½ tz nueces (opcional)

Instrucciones:

1. Precalienta el horno a 350 °F.
2. Combina los primeros 8 ingredientes en un tazón.
3. Mezcla la harina, el polvo de hornear, el bicarbonato de sodio y la sal en un tazón pequeño.
4. Incorpora gradualmente los ingredientes secos a la mezcla de zanahoria y calabacín, añadiendo el jugo de naranja mientras mezclas.
5. Vierte la mezcla en 2 moldes para pan de 8×4 pulgadas, engrasados y enharinados.
6. Hornea hasta que un palillo insertado en el centro salga limpio, aproximadamente 45 minutos.
7. Deja enfriar durante 10 minutos; retira los panes de los moldes y colócalos sobre una rejilla para que se enfríen por completo.
8. ¡Disfruta!



Zucchini carrot bread

No one will notice that this lightly sweet bread is packed with extra vegetables, which are a bonus for both your taste buds and your health.

Ingredients:

- 1 c unsweetened applesauce
- $\frac{3}{4}$ c shredded carrot
- $\frac{3}{4}$ c peeled, shredded zucchini
- $\frac{1}{2}$ c sugar
- 2 eggs
- $1\frac{1}{2}$ tsp pumpkin pie spice
- 1 tsp ground cinnamon
- $\frac{1}{2}$ tsp ground nutmeg
- 3 c all-purpose flour
- 1 tbsp baking powder
- $\frac{1}{2}$ tsp baking soda
- $\frac{1}{2}$ tsp salt
- $\frac{3}{4}$ c orange juice
- $\frac{1}{2}$ c walnuts (optional)

Instructions:

1. Preheat the oven to 350°F.
2. Combine the first 8 ingredients in a bowl.
3. Mix the flour, baking powder, baking soda, and salt in a small bowl.
4. Gradually incorporate the dry ingredients into the carrot and zucchini mixture, adding the orange juice as you mix.
5. Pour the mixture into two greased and floured 8×4-inch loaf pans.
6. Bake until a toothpick inserted into the center comes out clean, about 45 minutes.
7. Let cool for 10 minutes; remove the loaves from the pans and place them on a wire rack to cool completely.
8. Enjoy!