



## Plumcake con Olio senza Lattosio

Questa **ricetta** molto **facile** e **veloce** del **plumcake** **senza burro** e **senza lattosio** preparato con **olio di semi**, risulta molto più **morbido** del classico plumcake preparato con **burro**, come potrai vedere la sua **preparazione e molto veloce**, in quanto mescoli tutti gli **ingredienti insieme**, metti nello **stampo** e **inforni**. In **questa versione** ho messo in una metà il **cacao**, ma puoi benissimo **sbizzarrirti** e mettere quello che vuoi, dalla **polvere di cocco**, granella di **nocciole**, **mirtilli**, scaglie di **cioccolato**, pezzetti di **ananas** oppure lasciarlo **semplicemente in bianco**, ottimo per la **colazione** o come **merenda**.

VEGETARIANO

Senza LATTOSIO

6  
Porzioni10 min.  
Preparazione35 min.  
Cottura

### Ingredienti

|           |                      |
|-----------|----------------------|
| 125 GR    | LATTE SENZA LATTOSIO |
| 3         | UOVA                 |
| 125 GR    | OLIO DI SEMI         |
| 250 GR    | FARINA               |
| 200 GR    | ZUCCHERO             |
| 1 BUSTINA | LIEVITO (15GR)       |
| Q.B.      | CACAO IN POLVERE     |

### Procedimento

- 1  
METTI TUTTI GLI INGREDIENTI INSIEME, TRANNE IL CACAO, IN UNA CIOTOLA (FOTO 1)
- 2  
MESCOLA IL TUTTO PER BENE, ANCHE CON L'AIUTO DI UNO SBATTITORE ELETTRICO (FOTO 2)
- 3  
DIVIDI L'IMPASTO A META', E AGGIUNGI IL CACAO A PIACIMENTO IN UNA CIOTOLA E MESCOLA (FOTO 3)
- 4  
IN UNO STAMPO CON CARTA FORNO, METTI COME IN UNA SCACCHIERA PER UN PRIMO STRATO, PRIMA L'IMPASTO BIANCO POI QUELLO AL CACAO, E RIPETI PER FARE UN'ALTRO STRATO (FOTO 4)
- 5  
INFORNA A 180 °C PER 25 - 30 MINUTI, CONTROLLA CON UNO STECCHINO LA COTTURA, LASCIA RAFFREDDARE E SERVI

### Informazioni Nutrizionali

per porzione

| CALORIE | PROTEINE | CARBOIDRATI | GRASSI   |
|---------|----------|-------------|----------|
| 450     | 7,5 gr   | 64,65 gr    | 22,33 gr |