

# Bizcocho de Zanahoria Integral

*Esta receta la desarrollé especialmente para una paciente, Mercedes, que quería algo distinto para desayunar ya que las galletas y las tostadas le aburrían. Y aparte que pudiera tomar también su madre, diabética (muy golosa por cierto) y que no le diera picos de azúcar en sangre.*

## INGREDIENTES:

- 120g Zanahoria rallada (2 Uds. Medianas)
- 160g Maizena (1 vaso)
- 100g Salvado de trigo (2 vasos)
- 200ml Leche desnatada (1 vaso)
- 250g Queso batido 0% (1 vaso con colmo)
- 2 Cucharadas soperas de sacarina líquida
- 1 Ralladura de limón
- 4 Huevos
- 1 ½ sobre de Levadura química (tipo Royal)
- 1 Cucharada de sacarina granulada (opcional)

12  
Raciones



## NOTA:

*Fraccionala y congélala. Así, sólo tienes que sacar un trocito por la noche antes de acostarte y por la mañana la tendrás como recién hecha y no caerás en la tentación de comer más de la cuenta.*

## ELABORACIÓN:

1. Precalentar el horno a 180°C.
2. Untar un molde de silicona de 28cm de diámetro con un poco de aceite.
3. Triturar todos los ingredientes juntos, excepto la zanahoria que se agregará rallada fina, mezclar y verter el resultado en el molde.
4. Hornear 30-40min a 180°C o hasta que al clavar un palillo éste salga limpio.
5. Dejar enfriar, desmoldar y fraccionar
6. Servir espolvoreado con un poco de sacarina granulada en forma de lluvia como azúcar se tratara