

MAGDALENAS DE PLATANO, CANELA Y CHOCOLATE SIN HUEVO, SIN LECHE, CON HARINA DE TRIGO O DE MAÍZ

SI NO PUEDES TOMAR CACAO SUSTITUYE EL CACAO POR DOS CUCHARADAS COLMADAS DE HARINA Y DECORAMOS SOLO CON AZÚCAR GLASS.



INGREDIENTES Para Las Magdalenas:

- 3 plátanos maduros
- 180 gr. de harina de trigo o de maíz (harina shår de repostería, la venden en las herboristerías, a mi me la traen por encargo)
- 2 cucharaditas de las de postre de levadura Hacendado de Mercadona (no tiene derivados de leche ni de huevo)
- 1 cucharadita de las de postre de bicarbonato.
- 1 huevo o una cucharada sopera colmada de no egg (sustituto del huevo) de venta en Hipercor en los productos dietéticos, disuelta en 50 mililitros de agua.
- 175 gr. de azúcar moreno de caña (lo encontráis en Carrefour junto al azúcar normal)
- 100 gr. de margarina vegetal Flora, que este a temperatura ambiente para poder batirla, (mirar bien los ingredientes porque hay varios tipo de margarina Flora y todos no se pueden tomar).
- 100 mililitros de aceite de girasol
- 3 cucharadas soperas colmadas de cacao puro valor en lata (lo venden en Hipercor)
- ¼ de una cucharadita de canela molida

FONDANT PARA DECORAR - ingredientes:

- ½ Tableta de chocolate puro valor
 - Una cucharada sopera de margarina Flora
 - 50 Mililitros de leche de soja o de arroz
 - Bolitas de caramelo, (cuidado porque hay que mirar bien los ingredientes para estar seguros de que son adecuados)
- Si no puedes tomar trigo en mercadota venden unas que no llevan derivados del trigo.

También necesitaremos moldes de papel para magdalenas y un molde para horno de magdalenas.

PREPARACIÓN:

1. Ponemos la harina, la levadura, el bicarbonato, el cacao y la canela en un colador grande sobre un cuenco para cernir los ingredientes y que se airee la harina. Una vez la hemos cernido (se hace dando golpecitos a un lado del colador con cuidado de que todo caiga dentro del cuenco), reservamos a un lado.
2. precalentamos el horno a 200° para que este caliente cuando tengamos la masa.
3. Disolvemos el no egg en el agua moviéndolo muy bien con una cuchara, dejamos reposar unos minutos y volvemos a removerlo para que se disuelva bien del todo. (así logramos que no tenga grumos), lo reservamos a un lado.
4. Batimos bien el huevo o el no egg con el azúcar
5. Añadimos la margarina y seguimos batiendo.
6. Añadimos el aceite de girasol batiendo bien.
7. Pelamos los plátanos y los trituramos con la batidora.
8. Añadimos los plátanos triturados y mezclamos bien batiéndolo.
9. Añadimos la mezcla de harina poco a poco y sin dejar de batir, no añadimos una cucharada hasta que la anterior se haya mezclado.
10. Ponemos los moldes de papel en el molde de horno y llenamos 2 tercios de cada molde con la masa.
11. Metemos al horno y bajamos la temperatura a 180° lo dejamos así unos 20 minutos aproximadamente, las vigilamos y si vemos que se ponen muy tostadas por arriba las cubrimos con un trozo de papel de aluminio.
12. A los 15 minutos pinchamos una en el centro con un palillo de madera de los de hacer pinchitos si sale seco ya están listas para sacarlas si no las dejamos unos minutos mas.
13. Si necesitamos hacer otra hornada porque el molde es de 6 magdalenas volvemos a subir la temperatura del horno a 200° y cuando la alcanza metemos las nuevas magdalenas y repetimos los pasos anteriores.
14. Las dejamos enfriar sobre una rejilla o un plato.
15. Preparamos el fondant de chocolate para decorar:
 - ponemos en un cuenco pequeño el chocolate puro valor cortado en trozos, le añadimos la leche de arroz y metemos al microondas 1 minuto.
 - Sacamos del microondas, miramos que este casi fundido,(lo comprobamos moviéndolo con una cuchara y si no se termina de derretir metemos en el microondas unos segundos mas), añadimos una cucharada rasa de margarina, y batimos bien para que quede un fondant de chocolate.
 - Si no tenemos microondas podemos derretir el chocolate al baño M^a poniendo el chocolate y la leche en un cuenco y esta dentro de una cacerola mas grande con agua hirviendo sin que entre en el cuenco y dándole vueltas con una cuchara hasta que se derrita luego añadimos la margarina y mezclamos bien.
16. Le ponemos una cucharadita del fondan encima de cada magdalena extendiéndola un poco con la cuchara.
17. Y decoramos con unas bolitas de caramelo.