

BIZCOCHO RELAMPAGO SIN LECHE, SIN HUEVO SIN TRIGO

INGREDIENTES:

- 3 huevos o bien 3 cucharadas de no egg (sustituto del huevo) disueltas en 150 ml de agua
- 250 gr de azúcar
- Un sobre de azúcar vainillado
- 125 ml de aceite de oliva
- 125 ml de leche de arroz
- 250 gr de harina de trigo o de maíz (harina Shär de repostería, la venden en las herboristerías, a mi me la traen por encargo).
- Un sobre de levadura hacendado (la de Mercadona), (no tiene derivados de leche ni de huevo)
- Ralladura de un limón



PREPARACIÓN:

- Ponemos la harina y la levadura, 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.
- Ponemos en un cuenco los huevos o el no egg disuelto en el agua, el azúcar, la leche de arroz y el aceite de oliva y la ralladura de limón y lo batimos con la batidora a la máxima potencia hasta que todo esté bien ligado.
- Añadimos la mezcla de harina poco a poco y sin dejar de batir con un batidor de varillas, no añadimos una cucharada hasta que la anterior se haya mezclado.
- Ponemos la masa en un molde para bizcochos que habremos untado de margarina y espolvoreado con harina para que no se pegue al fondo.
- Precalentamos el horno a 200° C y cuando esté listo metemos el molde.
- Horneamos durante 30 minutos aproximadamente, a los 20 minutos lo pinchamos con un palillo de madera para ver si está listo (si el palillo sale seco ya está pero si sale mojado hay que dejarlo un poco mas así que lo vamos vigilando hasta que esté listo).
- Lo desmoldamos y lo dejamos sobre una rejilla para que se enfríe.

PODEMOS RELLENARLO DE MERMELADA, CON NATA DE SOJA PARA MONTAR Y FRESAS O CUBRIRLO DE CHOCOLATE.

LA NATA DE SOJA PARA MONTAR LA VENDEN EN ELCENTRO DIETETICO DEL SUR PEDRO JAEN E HIJOS, SL. CALLE FOMENTO N° 1 POLIGONO PISA MAIRENA DEL ALJARAFE.