

# Pandolce alla banana (banana Bread)

Il banana bread è un dolce tipicamente americano, perfetto per la colazione. E' anche ottimo per consumare le banane quando sono troppo mature per poterle mangiare. In effetti non è un pane ma è un plumcake dolce; in questa versione ho messo olio di semi al posto del burro e ho utilizzato lo zucchero di canna muscovado, che è molto profumato.



Ingredienti:

- 3 banane molto mature
- 1 lime
- 200 gr di farina 00
- 100 ml olio di semi
- 120 gr zucchero di canna muscovado
- 2 uova intere
- 6 gr di lievito per dolci
- 3 gr di bicarbonato di sodio
- 1/2 cucchiaino di cannella in polvere
- 1 pizzico di sale

Preriscaldare il forno (statico) a 180°.

Pelare le banane e schiacciarle molto bene con una forchetta dentro una tazza, aggiungere il succo del lime e mescolare bene.

Nel boccale della planetaria, mescolare a velocità media lo zucchero e l'olio di semi per un paio di minuti, poi aggiungere le uova e montare a velocità alta per circa 3 minuti. Per ultimo, unire le banane schiacciate e amalgamare

brevemente.

Setacciare la farina e il lievito insieme, aggiungere il bicarbonato e la cannella in polvere, il sale e mescolare bene. Unire in un solo colpo gli ingredienti secchi a quelli liquidi. Avviare la planetaria ed amalgamare per circa 20 secondi.

Imburrare uno stampo da plumcake, e disporre sul fondo imburrato un rettangolo di carta forno tagliato alla dimensione esatta in modo che non faccia pieghe (come in **fotografia**).

In questo modo una volta cotto riuscirete a sformare il plumcake con estrema facilità, inoltre il fondo rimarrà perfettamente omogeneo senza strapparsi.



Versare l'impasto nello stampo, ed infornare in forno statico a 180° per circa 45/50 minuti. A fine cottura, verificare con uno stecchino, se questo esce perfettamente asciutto il dolce è cotto, altrimenti prolungare la cottura per altri 5-6 minuti.

Attendere 10 minuti poi sformare il dolce, e porre a raffreddare su una gratella.

Una volta freddo, si può tagliare a fette spesse circa 2cm e congelare, preferibilmente all'interno di un contenitore ermetico, intervallando le fette con strisce di carta forno per fare in modo che non si attacchino tra di loro.

Al momento di utilizzare, basta scongelare in forno microonde per pochi secondi.