



# Bizcocho de zanahoria

Nuestro chiquisaurio quiere compartir contigo una receta de su abuela. No solo le encanta este bizcocho, sino también prepararlo junto con su abuela. Dile a la abuela o al abuelo, a mamá o a papá para hacerlo juntos y verás que buen trabajo hacéis en equipo. ¡Manos a la obra!

## Ingredientes:

2 tazas de azúcar  
1 taza de aceite vegetal  
4 huevos  
2 tazas de harina  
2 cucharaditas de bicarbonato de sodio

1 cucharadita de sal  
3 cucharaditas de canela  
1 taza de **nueces** picadas  
1 taza de **uvas pasas**  
3 tazas de **zanahoria** finamente rallada

## Preparación:

Batir el aceite y el azúcar. Añadir los huevos y posteriormente incorporar los ingredientes secos. Mezclarlos bien. Verterlo en un molde engrasado y colocarlo en el horno a 180° C aproximadamente durante 1 hora y 15 minutos.

Os sorprenderá está delicioso. Parece que fuera de chocolate, pero es mejor aún, porque sabes que las **zanahorias**, y las uvas pasas tienen vitamina A, B6, E, hierro y potasio. ¿qué significa eso? Que ayudan a que veas mejor, a que tu piel y cabello estén relucientes, los huesos y músculos robustos y favorecen tu sistema inmunológico, es decir, también **te ponen fuerte para evitar que este invierno cojas virus, como la gripe**, y otros. Y las pasas, como el mosto, vienen de la uva. Ya sabes, el mosto es el zumo y las pasas son uvas desecadas a las que se les ha eliminado el agua al máximo, por eso quedan arrugadas. Además las pasas y las nueces aportan **fibra** que ayuda con el "tráfico" intestinal, vamos, a ir al baño bien.

¿Qué más quieres de este riquísimo bizcocho... ¿otro trozo?

6

