

Muffins integrales

Tiempo de preparación: 60 Min



Ingredientes

Huevo: 1 Unidad

Polvo de hornear: 3 cdita.

Nueces tostadas: 1/2 Taza

Manteca fundida: 90 g

Sal: 1 Pizca

Azúcar moscabado: 100 g

Leche: 240 g

Harina: 250 g

Avena: 1/2 Taza

Esencia De Vainilla: 1/2 cdita.

Preparación de la Receta

Para empezar

- Picamos groseramente 1/2 taza de nueces tostadas y reservamos
- En un bol mezclamos 250 g
- De *harina*, 1/2 taza de *avena*, 100 g
- De azúcar moscabado, una pizca de sal, 3 cucharaditas de polvo de hornear y reservamos.
- En otro bol, batimos ligeramente 1 *huevo* y añadimos 90 g
- De *manteca* fundida, 240 g
- De leche y 1/2 cucharadita de esencia de vainilla
- Mezclamos todo y reservamos
- Luego, hacemos un hueco en el centro de la mezcla de secos y vertemos los ingredientes líquidos
- Integramos de a poco y, por último, agregamos las nueces picadas.
- Pincelamos con *manteca* un molde de muffins y rellenamos con la mezcla.
- Luego, cocinamos en un horno precalentado a 180 ° durante 20 minutos o hasta que estén dorados.
- Pasado ese tiempo, retiramos, dejamos enfriar y servimos

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/muffins-integrales-2>