



Dificultad:
Baja



Porciones:
15



Tiempo:
35 minutos

Información Nutricional

Energía:	233 Kcal
Proteínas:	4.2 g
Grasa Total:	10.1 g
Colesterol:	25 mg
H. de Carbono:	31.4 g
Fibra Dietética:	1,2 g
Sodio:	34 mg

MUFFINS YOGHURT, MANZANA Y AVENA

Ingredientes

- 2 Yoghurt batido vainilla NESTLÉ®
- 1 Envase del mismo yoghurt en aceite
- 2 Envases del mismo yoghurt en azúcar rubia
- 2 Huevos
- 1 Manzana pelada y rallada
- 1 Cucharadita de ralladura de naranjas
- ¼ Cucharadita de canela en polvo
- 1 Envase del mismo yoghurt en avena instantánea
- 3 ½ Envases del mismo yoghurt en harina de centeno fina
- 1 Cucharadita de polvo de hornear IMPERIAL®

Preparación

1.- Comienza con la avena instantánea ya que debemos molerla con la ayuda de una máquina 1-2-3, déjala aparte. Enseguida, En un bowl mediano junta el yoghurt batido vainilla NESTLÉ® con el aceite y la azúcar rubia. Bate energicamente hasta juntar bien, añade los huevos uno a uno batiendo constantemente hasta homogenizar los ingredientes.

2.- Luego, agrega la manzana rallada con la ralladura de naranjas, la canela en polvo, avena molida con la harina de centeno y el polvo de hornear IMPERIAL®, bate nuevamente hasta integrar bien todos los ingredientes y conseguir un batido de textura ligera y levemente compacta.

3.- Finalmente, rellena moldes individuales hasta $\frac{3}{4}$ partes de su capacidad, estos deben estar previamente cubiertos con mantequilla y harina espolvoreada para que no se peguen, o bien, cápsulas de papel aptas para horneo. Llévalos a horno pre-calentado a temperatura alta de 180°C y hornea durante 20 minutos aprox. Hasta cocerlos bien y dorar levemente la superficie. Una vez listos, retíralos del horno, desmóldalos en frío y déjalos enfriar.

Nota

Puedes decorar tus muffins con una crema batida con un sabor y color deseado, así obtienes un cupcakes ocupando la misma base de la preparación.

