

Per colazione, per un dessert o una merenda golosa:



primomodo[®]
DALLA GRAVIDANZA ALLA PRIMA INFANZIA

**I buoni sani,
sani buoni!**
di
Laura Castoldi

MUFFIN ALLA CARRUBA E FRAGOLE

INGREDIENTI

300 g di farina tipo 2
50 g di polvere di carruba
50 g di farina di mandorle
70 ml di olio di semi di girasole
100 g di malto di riso
100 g di sciroppo d'acero
100 ml di succo di mela
100 ml di latte di mandorle
1 bustina di lievito per dolci con cremor tartaro
250 g di fragole
1 pizzico di sale

PROCEDIMENTO

In una ciotola versate 300 g. di farina 2, 50 g. di polvere di carruba setacciata, 50 g. di farina di mandorle, 1 pizzico di sale marino integrale, 70 ml. di olio di girasole, 100 g. di malto di riso, 100 g. di sciroppo d'acero, 100 ml. succo di mela, 100 ml. latte di mandorle, 1 bustina di polvere lievitante per dolci con cremor tartaro.

Amalgamate bene tutti gli ingredienti con una frusta in modo da sciogliere eventuali grumi, quindi aggiungete 250 g. di fragole mondate e tagliate a pezzettini e incorporatele bene nell'impasto.

Ora preparate i pirottini, riempiteli fino a 3/4 e infornate a 175°C per 25 minuti, quindi controllate la cottura con uno stecchino e, se necessario, lasciateli in forno ancora una decina di minuti.

Quando saranno cotti e lo stecchino uscirà pulito, trasferiteli su una gratella e lasciateli raffreddare.

**Impiattate i muffin e inviateci
le foto del risultato.
Dopodiché non vi resta che
gustarli, buon appetito!**

