



Ingredienti per 9 muffin

180g di farina 00 per dolci

60g di margarina o burro

60g di biscotti McVitie's Digestives ai Focchi d'Avena

1/2 bicchiere di latte di soia

2 uova bio

1/2 bustina di lievito vanigliato per dolci

Palline colorate per decorazione

Volutamente non c'è dello zucchero, ma volendo potete aggiungere 2 cucchiaini di miele o zucchero di canna

Preparazione

Tritare finemente i 60g di biscotti McVitie's Digestives ai Focchi d'Avena al mixer.

Preparare il 1/2 bicchiere di latte di soia, che deve essere a temperatura ambiente come le uova e la margarina o il burro.

Al mixer montare le uova con il burro, dopo aggiungere lentamente gli ingredienti solidi e liquidi, ovvero la farina, le digestive, il lievito e il latte. Il tutto sarà pronto quando si otterrà un composto omogeneo e non molto solido.

Preriscaldare il forno a 180°. Versare, con l'aiuto di un cucchiaio, il composto ottenuto nei pirottini.

Decorare con delle palline di zucchero colorate.



muffin ai fiocchi d'avena di chiara

Infernare per 20/25 minuti a 180°.

I muffin saranno pronti quando il profumo inebrierà la cucina.

Lasciare raffreddare su un tagliere di legno.

Una volta raffreddati, potrete servire i muffin con un pò di marmellata di fichi o di pere homemade o con della crema di nocciola. Le confetture o la crema di nocciola renderanno dolce questo muffin senza zucchero, sprigionandone il gusto delicato e unico.

<http://wellnesswithchiarar.blogspot.it/2013/11/muffin-ai-fiocchi-di-avena-senza.html>