

Muffins de manzana y nuez

Cobertura:

1/4 taza de nueces
2 cucharadas de azúcar
moreno

1/2 cucharadita de
canela molida

Ingredientes secos:

2 1/4 tazas de harina integral
1 cucharada de fécula de maíz
2 cucharaditas de levadura
en polvo
1/2 cucharadita de sal

Ingredientes líquidos:

3/4 de taza de leche
de soya

1/2 taza de azúcar

1/4 taza de aceite

1 cucharada de linaza molida

1 cucharadita de extracto de vainilla

1 manzana mediana cortada en cubitos

1 taza de puré de manzana sin azúcar (4 manzanas)



1. Precalentar el horno a 200°C.
2. Rociar una bandeja para magdalenas con aceite en aerosol o colocar moldes de papel en cada orificio.
3. Mezclar los ingredientes para la cobertura en un tazón pequeño.
4. Mezclar los ingredientes secos en un tazón mediano.
5. Mezclar los ingredientes líquidos, excepto la manzana, en otro tazón mediano.
6. Mezclar los ingredientes secos y los líquidos, incorporar la manzana cortada en cubitos.
7. Llenar 3/4 de cada espacio de la bandeja con la mezcla y esparcir 1/2 cucharadita de la cobertura sobre cada espacio.
8. Hornear 20 minutos, o hasta que un palillo salga limpio después de pincharlo en el centro de una magdalena.
9. Enfriar lo suficiente y después transferir la bandeja a una rejilla para que se terminen de enfriar.