

Muffins de Aveia com Maçã e Canela

INGREDIENTES PARA 12 MUFFINS

2 maçãs
200g de flocos de aveia (2 chávenas de chá)
1 iogurte skyr natural com 150g
3 ovos
70g de açúcar amarelo ou mascavado
-> (4 colheres de sopa)
1 colher de chá de essência de baunilha
1 colher de chá de canela em pó
1 colher de chá de fermento em pó
1 colher de café de bicarbonato de sódio
Formas de alumínio e de papel frisado para muffins



Tempo de preparação: 35 minutos

Receita: Neuza Costa

Fotografia e Video: Sandro Vilar

Produzido para www.SaborIntenso.com

Receita em video: <http://www.saborintenso.com/f23/muffins-aveia-maca-canela-43095/>

PREPARAÇÃO

1. Corte as maçãs em quartos e descasque-as.
2. Corte uma maçã e meia em pedacinhos e reserve a restante.
3. No liquidificador, coloque os ovos partidos, a meia maçã que reservou cortada em pedaços, a essência de baunilha e o iogurte.
Bata até que fique um creme homogêneo.
Ao creme, adicione o açúcar, os flocos de aveia, a canela, o fermento e o bicarbonato de sódio.
Triture tudo muito bem até que a massa fique homogênea.
4. Coloque a massa numa tigela e com uma colher, misture a maçã cortada em pedaços.
Coloque forminhas de papel dentro das formas de alumínio.
Divida o preparado por 12 forminhas.
5. Leve ao forno pré-aquecido nos 185°C e deixe cozer aproximadamente 25 minutos.
Depois dos bolinhos cozidos, retire-os.
Retire das formas de alumínio e deixe arrefecer.
A equipa do SaborIntenso.com deseja-lhe um bom apetite!