

DOLCI, FRUTTA E DESSERT

Muffin alla zucca

LUOGO: Nord America / Stati Uniti

DOSI PER: 10 pezzi DIFFICOLTÀ: molto bassa PREPARAZIONE: 30 min COTTURA: 15 min COSTO: molto basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



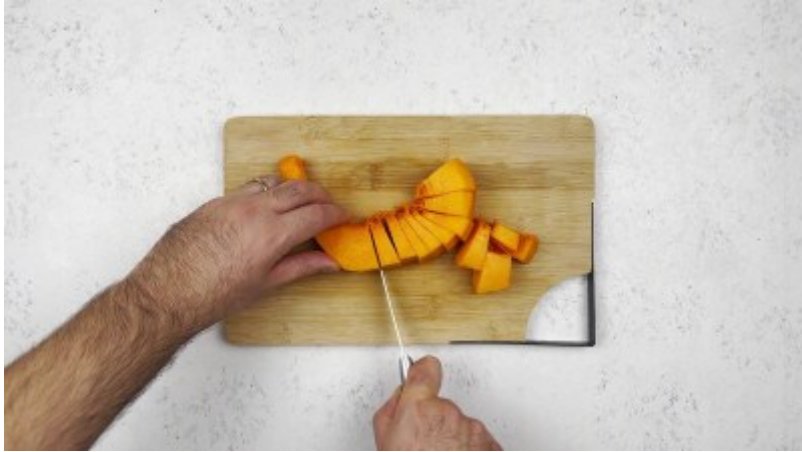
Soffici, umidi e con quel profumo inconfondibile di cannella e cioccolato. I muffin alla zucca sono la merenda autunnale perfetta, una coccola golosa che mette d'accordo grandi e piccini. E grazie alla [friggitrice ad aria](#), prepararli è ancora più facile e veloce. Questa ricetta è un modo delizioso per utilizzare la zucca nei dolci, un ingrediente magico che, come nella classica [Torta di zucca](#), rende gli impasti incredibilmente morbidi e umidi. L'abbinamento con il cioccolato è un classico intramontabile, che ritroviamo anche nei [Muffin con cioccolato e pere](#), ma con la zucca acquista una nota speziata davvero unica.

INGREDIENTI PER I MUFFIN ALLA ZUCCA

ZUCCA PULITA 200 gr
FARINA 00 150 gr
ZUCCHERO 90 gr
GOCCE DI CIOCCOLATO 75 gr
LATTE 70 gr
OLIO DI SEMI 50 gr
UOVO 1
CANNELLA IN POLVERE 1 cucchiaino da tè
SALE
LIEVITO IN POLVERE ½ bustine

COME SI FANNO I MUFFIN ALLA ZUCCA?

- 1 Prepara la purea di zucca. Taglia la zucca a cubetti e frullala con un mixer fino a ottenere una crema liscia e omogenea. In una ciotola, metti l'uovo con lo zucchero e montali con le fruste elettriche finché il composto non diventerà chiaro e spumoso.





- 2** Sempre montando, aggiungi a filo prima il latte e poi l'olio. A questo punto, unisci anche la purea di zucca e mescola bene.





3 Aggiungi un pizzico di sale, la cannella, la farina e il lievito setacciati. Mescola l'impasto, giusto il tempo di amalgamare gli ingredienti senza lavorarlo troppo.





- 4 Aggiungi la maggior parte delle gocce di cioccolato (tienine qualcuna da parte per la superficie) e incorporale con una spatola.



5 Riempi i pirottini per muffin per circa $\frac{3}{4}$ della loro capacità. Disponili nel cestello della

friggitrice ad aria (senza sovrapporli, cuocili in più mandate se necessario). Decora la superficie di ogni muffin con le gocce di cioccolato che avevi tenuto da parte. Cuoci in friggitrice ad aria a 180°C per circa 15 minuti. Fai sempre la prova stecchino prima di sfornarli: se esce pulito, i tuoi muffin sono pronti!





TRUCCHI, CONSIGLI E RIDUZIONE DELLO SPRECO ALIMENTARE

Il segreto dell'impasto: La zucca deve essere frullata finemente fino a diventare una purea liscia e senza pezzi. Questo garantirà dei muffin dalla consistenza omogenea e soffice.

Non lavorare troppo l'impasto: Una volta aggiunta la farina, mescola solo il necessario per amalgamare gli ingredienti. Lavorare troppo l'impasto sviluppa il glutine e rende i muffin duri e gommosi.

Zero sprechi: Se ti avanzano dei semi di zucca, non buttarli! Tostali in padella o nella friggitrice ad aria e usali per decorare la superficie dei muffin al posto di qualche goccia di cioccolato, per un tocco croccante e salutare.

COME SI CONSERVANO I MUFFIN ALLA ZUCCA

I muffin alla zucca si conservano a temperatura ambiente per 2-3 giorni, chiusi in un sacchetto per alimenti o sotto una campana per dolci. Anzi, il giorno dopo saranno ancora più buoni e profumati.

POTRESTI CUCINARE ANCHE...

Se ami i muffin e i dolcetti monoporzione, ecco altre ricette facili e golose che non puoi perderti:

[Muffin con gocce di cioccolato](#): Il classico dei classici, un must per la colazione e la merenda di tutta la famiglia.

[Muffin alle mele](#): Soffici e profumati, un altro grande classico autunnale.

[Muffin ai mirtilli senza burro](#): Una versione più leggera e fruttata, perfetta per chi ama i sapori freschi.

[Biscotti a forma di zucca](#): Per rimanere in tema, dei simpatici biscotti di frolla perfetti per l'autunno o per Halloween.