

DOLCI, FRUTTA E DESSERT

## Muffin alle mele

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone    DIFFICOLTÀ: bassa    PREPARAZIONE: 20 min    COTTURA: 25 min    COSTO:

molto basso    REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



Prepara dei soffici muffin alle mele con questa ricetta semplice e veloce. Perfetti per colazione o merenda, con il sapore fresco della frutta.

### INGREDIENTI PER CUCINARE I MUFFIN ALLE MELE

MELE 2

UOVA MEDIE 2

ZUCCHERO 120 gr

OLIO DI SEMI DI GIRASOLE 40 gr

LATTE INTERO 50 gr

YOGURT BIANCO 125 gr

FARINA 00 270 gr

LIEVITO PER DOLCI mezza bustina - 8 gr

ZUCCHERO A VELO

### PREPARAZIONE

**1** In una ciotola capiente sbatti le uova con lo zucchero, unisci l'olio, il latte e lo yogurt.





**2** Mescola e inizia a incorporare la farina poco alla volta, meglio se setacciata, mescolando

sempre con la frusta fino a ottenere una pastella cremosa.





**3** Sbuccia le mele e affettale a dadini, lasciando un quarto intero da parte.

Unisci i dadini all'impasto mescolando con una spatola e inizia a farcire ogni pirottino fino a  $\frac{3}{4}$ .





4 Ora che hai riempito tutti i pirottini, affetta sottilmente il quarto di mela rimasto e decora la superficie di ognuno.

Inforna a 180 C statico per circa 25 minuti a metà altezza.

Sforna, e non togliere i muffin finché non saranno ben freddi.

Decora con zucchero a velo.







# COME PREPARARE MUFFIN SOFFICI ALLE MELE: RICETTA SEMPLICE E

I muffin alle mele dei deliziosi dolcetti arricchiti dal sapore dolce e delicato delle mele. Sono perfetti per una colazione o una merenda **VELOCE** e leggera e possono essere preparati facilmente in casa con pochi ingredienti. La consistenza soffice e il gusto fresco delle mele li rendono irresistibili, e sono adatti a grandi e piccini. Con questa ricetta, potrai preparare dei muffin gustosi e leggeri, perfetti per ogni occasione.

## CONSIGLI PER RIDURRE LO SPRECO ALIMENTARE

Per preparare i muffin alle mele, puoi utilizzare le mele mature che hai in casa, anche quelle che stanno iniziando a perdere la loro croccantezza. In questo modo, potrai recuperare della frutta non più golosa da essere mangiata al naturale. Se ti avanzano delle mele molto mature, puoi preparare una [confettura di mele](#) o utilizzarle in una [torta di mele classica](#). Anche la stessa ricetta dei muffin può essere adattata ad altre varietà di frutta, come **pere o banane mature**, riducendo al minimo gli sprechi in cucina.

Se hai ingredienti come latte o uova in scadenza, questa ricetta è ideale per utilizzarli.

## CONSIGLI E TRUCCHI PER CUCINARE DEI BUONI MUFFIN ALLE MELE

Per ottenere muffin alle mele soffici e leggeri, è importante non lavorare eccessivamente l'impasto. Mescola gli ingredienti secchi e quelli liquidi solo fino a quando non sono combinati, evitando di mescolare troppo.

**Taglia le mele a pezzetti piccoli e uniformi**, così che si distribuiscano in modo omogeneo nell'impasto e cuociano alla perfezione. Se desideri un sapore più intenso, puoi aggiungere un po' di succo di limone alle mele per esaltarne il gusto e prevenirne l'ossidazione.

Versa l'impasto negli stampini per muffin e cuoci in forno preriscaldato a 180°C per circa 20-25 minuti, fino a quando i muffin saranno dorati e uno stuzzicadenti inserito al centro ne uscirà pulito.

# COME CONSERVARE I MUFFIN ALLE MELE

**I muffin alle mele possono essere conservati a temperatura ambiente per 2-3 giorni, chiusi in un contenitore ermetico per mantenerli soffici.**

**Se desideri conservarli più a lungo, puoi congelarli:** basta avvolgerli singolarmente nella pellicola trasparente e riporli in un sacchetto per freezer. Quando vuoi consumarli, scongelali a temperatura ambiente o riscaldali nel forno o nel microonde per renderli soffici come appena sfornati. **Evita di conservarli in frigorifero, poiché potrebbero perdere la loro morbidezza.**