



MySocialRecipe

Questa ricetta è mia!



Ricetta N. RE002776 - Ricetta d'Autore

Registrata in data 26 Feb 2019 alle ore 10:27

da JASMINE LAMBOGLIA

Livello di difficoltà: Facile

Piatto tipico della stagione: Primavera, Estate, Autunno, Inverno

Come ti senti gustando la tua ricetta? Felice

Muffin vegan con pomodoro e carote

I muffin vegan con pomodoro e carote sono dei dolci morbidissimi, con ingredienti genuini e sani. Si preparano senza uova e senza latte per questo sono adatti anche ai vegani. L'ingrediente particolare è la polpa di pomodoro, naturalmente dolce e fresca che regala a questi muffin la giusta freschezza e umidità per una colazione o merenda soffice e gustosa.

Tempo di preparazione: 25 minuti

Ingredienti per 8 persone

200 g di Polpa di pomodoro in conserva
150 g di carote grattugiate
250 g di farina
mezza tazza di olio di semi
180 g di zucchero di canna
scorza grattugiata di un'arancia
n.1 bustina di lievito vanigliato

Prodotti utilizzati

Polpa di pomodoro in conserva La Fiammante, arancia biologica, carote biologiche, farina 00 biologica Alce Nero, olio di semi di girasole Giglio Oro,- zucchero integrale di canna Consilia, lievito Paneangeli

Strumenti di cottura

Forno - stampini in silicone

Preparazione

In una ciotola mescolare con una frusta la polpa di pomodoro in conserva, le carote grattugiate, lo zucchero, la scorza di arancia e l'olio. Aggiungere la farina un po' alla volta e continuare a mescolare con energia. Aggiungere il lievito setacciato e mescolare ancora, riempire 8 stampini unti con olio per 3/4 e infornare a 200° per circa 20 minuti. I tempi di cottura possono variare in ogni caso fare sempre la prova stecchino prima di sfornare.

Vino consigliato

Spremuta di arancia o infuso di karkadè oppure tè verde, nero o bianco