



Muffin d'Avena alla Mela per prima colazione

Inizia la giornata con i muffin d'avena, fatti con la Bevanda alla Mandorla Alpro

Preparazione

1. Preriscaldare il forno a 180°C.

2. Ungere una teglia per muffin con olio di arachidi. In una ciotola di medie dimensioni mescolare la salsa di mele, la Bevanda alla Mandorla Alpro, l'aceto di sidro, l'olio e le uova fino a quando non saranno ben amalgamati. Mescolare gli ingredienti secchi (fiocchi d'avena e noci tritate).

3. Tritare la mela a pezzetti e aggiungerla alla pastella. Mescolare con un cucchiaio fino a quando tutti gli ingredienti saranno ben incorporati. Riempire la teglia per muffin con il composto. Successivamente cospargere con fiocchi d'avena e noci tritate.

4. Cuocere in forno per 25-30 minuti o fino a quando lo stecchino inserito al centro uscirà pulito. Raffreddare per 10 minuti. Gustare!



4 porzioni



35min



Ingredienti

- 150 ml di Bevanda alla Mandorla Alpro Original
- 1 mela
- 125 gr di salsa di mele
- 2 uova
- 250 gr di fiocchi d'avena
- 70 gr di noci tritate
- 2 cucchiaini di lievito in polvere
- 1 cucchiaino di cannella in polvere
- 3 cucchiai di olio di cocco o di arachidi
- 1 cucchiaio di aceto di sidro di mele
- 1/2 cucchiaino di sale
-

- Per guarnire:
- 4 cucchiai di fiocchi d'avena
- 3 cucchiai di noci tritate

Fatto con

Bevanda alla Mandorla Alpro

