



MUFFINS DE BANANA *

MATERIALES:

Espátula de goma
Cucharas de medir
Tazas de medir
Molde para 12 muffins
Tazón grande
Batidor

INGREDIENTES:

3 bananos maduros machacados como puré
2 huevos grandes
3/4 taza azúcar morena compacta
3/4 taza compota de manzana sin azúcar
1/4 taza aceite vegetal, más otro poco para la bandeja
1 cucharadita extracto de vainilla pura
2 tazas harina de trigo
1 cucharadita bicarbonato de soda
1 cucharada canela molida, mas otro poco para la bandeja

Sirve 12

**Esta Receta por: USDA Mixing Bowl*

Busca más recetas al: www.gcfb.org/recipes_resources

INSTRUCCIONES:

1. Precaliente el horno a 350°F. Engrase una bandeja de 12 muffins con el aceite vegetal y espolvoréele un poco de canela molida al fondo de cada hueco de la bandeja.
2. En un tazón grande, bata los bananos, huevos, azúcar morena, compota de manzana, aceite y vainilla.
3. En un tazón mediano, bata la harina, bicarbonato de soda y canela. Agregue la mezcla de harina a la mezcla de bananos y revuelva bien hasta que estén incorporados.
4. Coloque la mezcla con una cuchara en la bandeja de muffins ya preparada y hornéelos cerca de 30 minutos hasta que la parte superior del muffin se regrese al apretar suavemente. Déjelos enfriar y disfrútelos!

Notas:

- Puede preparar dos tandas. Los muffins se pueden congelar hasta por 2 semanas. Saque uno cada mañana para tener un desayuno listo para llevar. Caliente en el microondas por 1 minuto o en el horno eléctrico por 5 minutos.