



MUFFINS DE BLUEBERRY

Ingredientes

- ½ taza **harina de coco**
- ½ cucharadita bicarbonato sódico
- ¼ cucharadita **sal**
- 6 huevos
- ½ taza de **aceite de coco**
- ½ taza de **miel de caña**
- 2 cucharaditas esencia de vainilla
- 1 taza de blueberries frescos o congelados

ESTOS INGREDIENTES LOS PUEDES ADQUIRIR EN ECO REFILL SIN PLÁSTICOS.

📍 La Plaza, Ciudad del Saber

📷 @ecorefill.panama



ELABORACIÓN

Paso 1

Precalienta el horno a 180°C.
Engrasa el molde de muffins.

Paso 2

En un bol, mezcla todos los ingredientes secos: harina de coco, bicarbonato, sal

Paso 3

En un bol más pequeño y con ayuda de un tenedor, bate los huevos y mezcla el aceite de coco, la miel y la vainilla.

Paso 4

Incorporamos esta mezcla a la mezcla de los ingredientes secos y con ayuda de una batidora, a velocidad baja - media, batimos por aproximadamente un minuto hasta que todos los ingredientes queden bien mezclados. Si sientes que la mezcla ha quedado muy mojada, puedes agregar un poco más de harina.

Paso 5

Agrega los blueberries y revuelve.

Paso 6

Vierte la masa uniformemente en los moldes para muffins y hornea durante 25 - 30 minutos, hasta que un palillo insertado en el centro de un muffin salga limpio (a menos que pinches un arándano)

Paso 7

Deja enfriar unos 10 minutos antes de desmoldar para que no se rompan.



Listo, Disfruta.