

# CuidaRecetas

## Muffins de zanahoria



### INGREDIENTES

- 80 ml leche semidesnatada
- 1 limón
- 80 g sobras de zanahoria con piel
- 7 c.s. harina de arroz
- 5 c.s. almendra finamente picada
- 3 c.s. azúcar moreno
- 1 c.c. canela en polvo
- 1 c.c. polvo de hornear
- 2 c.s. aceite de oliva



### ALÉRGENOS



LACTEOS



FRUTOS DE CÁSCARA



Fácil



30 min



6 raciones



0,82 €/ración

# CuidaRecetas

## Muffins de zanahoria

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL



### Información nutricional

	Energía	Hidratos de carbono	Azúcares	Grasas	Grasas saturadas	Proteínas	Fibra	Sal
Por ración	100 kcal	15,1 g	4,9 g	5,2 g	1,3 g	2,3 g	1,2 g	0,5 g

### ELABORACIÓN

1. Precalentar el horno a 180 °C. Forrar los agujeros de un molde para muffins con 6 moldes de papel.
2. Mezclar la leche con el jugo de limón. Reservar.
3. Lavar muy bien la zanahoria, rallarla finamente y añadirla a todos los ingredientes secos. Agregar el aceite de oliva y la mezcla de leche y jugo de limón, y envolver hasta que quede homogéneo.
4. Dividir la masa entre los moldes y llevar al horno durante aproximadamente 25 minutos. Dejar enfriar.