



MUFFIN DI RICOTTA, MELE E CANNELLA

	10 PORZIONI
	15 MINUTI PREPARAZIONE 20 MINUTI COTTURA

INGREDIENTI

- 150 g polpa grattugiata di mele
- 130 g ricotta
- 130 g farina integrale di grano tenero
- 80 g latte intero
- 40 g olio extra vergine d'oliva
- 8 g lievito per dolci
- 2 cucchiaini di frutta a guscio mista tritata
- 1 uovo
- 1 cucchiaino di miele di castagno
- 1 cucchiaino di cannella in polvere

PROCEDIMENTO

1. Mescola in una ciotola tutti gli ingredienti secchi: farina, lievito, frutta a guscio e cannella. Scegli frutta a guscio mista, non salata: noci, mandorle, nocciole, pistacchi.
2. In un'altra ciotola unisci la ricotta, l'uovo, l'olio extra vergine d'oliva, il miele, il latte e, alla fine, la mela grattugiata. Aggiungi tutto agli ingredienti secchi e mescola bene.
3. Riempi gli stampini da muffin con l'impasto, fino a un centimetro dal bordo. Cuoci nel forno preriscaldato a 160° C, in modalità statica, per 25 minuti. Fai la prova dello stuzzicadenti e prolunga la cottura per qualche minuto se l'impasto risultasse molto umido.
4. Sforna e lascia raffreddare prima di togliere dagli stampini. Buona merenda!