



Muffins alla confettura di banane

27 Aprile 2020



1 TEGLIA DA 6 PORZIONI



DIFFICOLTÀ



COSTO



TEMPO DI PREPARAZIONE
25 MIN



TEMPO DI COTTURA
20 MIN



CALORIE
490K

NOTE

INGREDIENTI

PER L'IMPASTO

140 g di Farina 0

140 g di Farina integrale

90 g di Burro

2 Banane

1 Arancia bio

2 Uova

140 g di Zucchero semolato

100 ml di Latte

1 bustina di Lievito per dolci

Sale

PER LA DECORAZIONE

100 g di Confettura di banane

Preparazione

- Imburrate e infarinate uno stampo multiplo da muffins e mettetelo in frigo.
- Fate sciogliere il burro a fuoco molto basso, spegnete subito e fatelo intiepidire.
- Setacciate in una ciotola grande la farina 0 e il lievito. Aggiungetevi la farina integrale, lo zucchero e un pizzico di sale.
- In una seconda ciotola schiacciate le banane con una forchetta e riducetele a purea; aggiungetevi tanto latte quanto ne serve per ottenere 200 ml circa di composto (per ottenere una teglia per 6 persone), mescolando bene.
- In una terza ciotola sbattete leggermente le uova e unitevi il composto di banane e latte, il burro fuso, il succo e la scorza grattugiata dell'arancia.
- Versate il composto liquido nella ciotola con gli ingredienti secchi, poco alla volta, e mescolate giusto per amalgamare, senza insistere troppo.
- Riempite con il composto le formine per muffins fino a 3/4; trasferitele poi in forno caldo a 180°C (funzione statica) per circa 20-25 minuti. Verificate la cottura infilzando uno stecchino in uno dei muffins: se esce pulito e asciutto sfornateli.
- Lasciate riposare i muffins per circa 5 minuti, quindi toglieteli dallo stampo e fateli raffreddare su una griglia. Decorateli con una cucchiata di confettura di banane e serviteli.

Carla Marchetti

I consigli di Carla

- Se non trovate la confettura di banane, potete preparare una decorazione con banane fresche. Per 4 persone sbucciate una banana, dividetela per lungo in 3 parti, seguendo la sua naturale divisione. Tagliatele in tanti 'triangolini' piccoli e passateli subito in un pentolino con il succo di un limone, un pezzetto della sua scorza e 2 cucchiari di zucchero di canna. Ponete al fuoco e fate bollire a fuoco bassissimo per 5-10 minuti, finché il liquido si sarà ristretto in uno sciroppo abbastanza denso.