



Muffins ABC

Mezclar 100gr de harina de almendras, 85gr de maicena, 50gr de coco rallado, 3 cucharaditas de polvo de hornear y 2 cucharaditas de bicarbonato de sodio. Hacer puré 3 bananas (285gr aprox) y mezclarle 50 gr de aceite de coco derretido, 75g de syrup y 25ml de leche.

Mezclar los ingredientes secos con los húmedos, verter en moldes para muffins y hornear por 20 - 25 minutos a 180°C.