

# MUFFINS DE ZANAHORIA:

## Ingredientes:

- 1 taza de harina de trigo integral
- 1/2 taza de harina común
- 1 cucharadita de polvo de hornear
- 1/2 cucharadita de bicarbonato de sodio
- 1/2 cucharadita de sal
- 1 cucharadita de canela en polvo
- 1/2 taza de Natuvia granulado (ajusta la cantidad según tu preferencia de dulzura)
- 2 huevos grandes
- 1/3 taza de aceite de coco o aceite de oliva suave
- 1/2 taza de yogur natural
- 1 cucharadita de esencia de vainilla
- 2 tazas de zanahorias ralladas (aproximadamente 2-3 zanahorias medianas)
- 1/2 taza de nueces picadas (opcional)

## Preparación:

1. Precalentá el horno a 180°C (350°F). Prepará un molde para muffins con papel o engrasándolo ligeramente.
2. En un tazón grande, mezclá la harina de trigo integral, la harina común, el polvo de hornear, el bicarbonato de sodio, la sal y la canela.
3. En otro tazón, batí los huevos junto con Natuvia hasta que estén bien combinados. Agregá el aceite de coco (aceite de oliva), el yogur y la esencia de vainilla. Mezclá bien.
4. Incorporá los ingredientes húmedos en los ingredientes secos y mezclá hasta que estén apenas combinados. No sobre mezclés.
5. Agregá las zanahorias ralladas y las nueces picadas (si estás utilizando), y mezclá suavemente hasta que estén distribuidas uniformemente en la masa.
6. Con ayuda de una cuchara, distribuí la masa en los moldes para muffins, llenándolos aproximadamente 1/2 parte de su capacidad.
7. Horneá en el horno precalentado durante unos 18-20 minutos, o hasta que al insertar un palillo en el centro de un muffin, este salga limpio.
8. Retirá del horno y dejá enfriar los muffins en el molde durante unos minutos antes de transferirlos a una rejilla para que se enfríen por completo.