



Le Ricette del



BUON
UMORE

#03

MUFFIN BANANA
E CIOCCOLATO

INGREDIENTI PER CIRCA 12 MUFFIN

ZUCCHERO 160 G

SALE FINO 1 PIZZICO

BURRO 125 G

FARINA 00 360 G

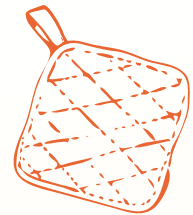
BANANE (LA POLPA) 300 G

LATTE INTERO A TEMPERATURA AMBIENTE 100 G

LIEVITO IN POLVERE PER DOLCI 8 G

UOVA A TEMPERATURA AMBIENTE 60 G

CIOCCOLATO FONDENTE 120 G



(1) Per preparare i muffin alla banana iniziate a fondere il burro in un pentolino a fuoco bassissimo; quindi lasciatelo intiepidire. Sbucciate le banane e tagliatele a tocchetti.

(2) Trasferitele all'interno di una ciotola capiente e iniziate a schiacciare la polpa con una forchetta; quando avrete ottenuto una purea grossolana aggiungete l'uovo e il burro fuso ormai a temperatura ambiente.

(3) Versate anche il latte a temperatura ambiente e mescolate con una frusta fino ad ottenere un composto ben amalgamato.

(4) Setacciate poi all'interno del composto sia la farina che il lievito e mescolate con una frusta fino ad ottenere un impasto omogeneo.

(5) Aggiungete poi lo zucchero, un pizzico di sale e incorporateli continuando a mescolare con la frusta, ma senza lavorare troppo l'impasto altrimenti i muffin non risulteranno soffici.

(6) Tritate il cioccolato grossolanamente, aggiungetelo all'impasto e mescolate per un'ultima volta per incorporarlo.

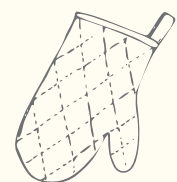
(7) Aiutandovi con uno spallatore da gelato distribuite l'impasto in 12 pirottini da 5,5 cm di diametro disposti in una teglia da muffin (19-20); in alternativa potete utilizzare un cucchiaio o trasferire l'impasto in un sac-à-poche.

(8) Cuocete in forno statico preriscaldato a 170° per 45 minuti; trascorso il tempo di cottura indicato verificate la cottura utilizzando uno stecchino; poi sfornate i vostri muffin alla banana con gocce di cioccolato.

(9) Lasciate intiepidire e gustate.

(10) Conservate i muffin alla banana per 1-2 giorni al massimo sotto una campana di vetro. Una volta cotti e fatti raffreddare potete congelarli.

(11) Consiglio: aromatizzate i muffin con i semi di un baccello di vaniglia, della scorza d'arancia o 1 cucchiaino di rum!



ENJOY