

Muffin vegani al pistacchio



I muffin vegani al pistacchio sono una variante leggera ma gustosa per la vostra colazione. La ricetta è semplicissima, provare per credere!

Ingredienti per 12 muffin

180 g di farina integrale
60 g di farina di riso
120 g di zucchero di canna grezzo
1 bustina di cremortartaro
200 ml di acqua
60 ml di olio di semi di arachide
succo di un lime
scorza di mezzo lime
80 g di granella di pistacchi

In una ciotola mescolate prima gli ingredienti solidi: farina integrale, farina di riso, zucchero e lievito. Aggiungete poi gli ingredienti liquidi, quindi acqua e olio di semi di arachide. Lavorate con una spatola in maniera grossolana, senza usare fruste elettriche. Quando avrete ottenuto un composto omogeneo, aggiungete il succo di un lime, grattugiate la scorza di mezzo lime e infine la granella di pistacchi.

Mescolate e amalgamate bene il tutto.

In uno stampo per muffin mettete i pirottini di carta e riempiteli per 2/3 con il composto preparato.



Preriscaldate il forno a circa 180°C e infornate i muffin in forno caldo per circa 15 minuti.

Non otterrete una grandissima lievitazione, non avendo usato l'uovo, ma quando i muffin sono dorati sfornateli e lasciateli raffreddare a temperatura ambiente.



E buona colazione!

[Torna alla Home](#)

[Vedi altri Dolci](#)

[Vedi tutte le Ricette](#)