



PASTELERIA CANINA Y FELINA

16

Recetas saludables y
nutritivas para premiar

Diana Fonseca



Muffins de Res y zanahoria

Ingredientes

150 gr de carne de res
1 huevo
30 gr de zanahoria rallada
1 1/2 tazas de harina de avena
2 tazas de agua

Instrucciones

1. En la licuadora ponemos la carne, el huevo y la taza de agua. Licuamos todo
 2. En un recipiente vertimos la mezcla
 3. Añadimos la zanahoria picada
 4. Añadimos la primera taza de harina de avena
 5. Revolvemos con la cuchara
 6. Añadimos 1/2 taza de harina de avena y volvemos a revolver con la cuchara hasta que no quede un solo grumo.
 7. Precalentamos el horno a 180°C
 8. En este momento y mientras el horno se calienta, pondremos nuestra mezcla en los moldes para muffins
 9. Con unos pequeños golpes sacaremos todo el aire para que no nos queden burbujas y los muffins vayan a salir con huecos
 10. Decoramos los muffins con galletas según preferencia
 11. En una bandeja para hornear, llevamos los muffins al horno por 25 minutos
 12. Dejamos enfriar y desmoldamos
- NOTA: El tiempo de cocción depende de la potencia de tu horno, si ves que quedan un poco crudos, aumenta el tiempo

