Muffin de Cenoura com farinha de arroz

Tempo de prepado:	Rendimento:	Tipo:	Nível:
1h	12 unidades	Pães e Bolos	Fácil

Ingredientes

1 xícara (de chá) de Farinha de Arroz Monsolí Solito

6 colheres (de chá) de linhaça (dourada ou marrom, ou chia)

9 colheres (de sopa) de água

1 xícara (de chá) de açúcar mascavo

1 de xícara (de chá) de aveia em flocos finos

1 pitada de sal

1/2 colher (de chá) de canela em pó

1 colher (de chá) de extrato de baunilha

1/2 xícara (de chá) de leite de coco pronto para beber

4 colheres (de sopa) de óleo de coco (ou outro óleo vegetal)

2 colheres (de chá) de suco de limão ou vinagre de maçã

200g de cenoura ralada (cerca de 2 xícaras (de chá) de cenoura ralada – pode ser no ralador fino ou grosso)

3 colheres (de chá) de fermento químico em pó

Modo de preparo

- Pré aqueça o forno a 200ºC e disponha 12 forminhas sobre uma forma de cupcake.
- Em um liquidificador, triture a linhaça, coloque em uma vasilha, adicione 9 colheres (de sopa) de água e deixe hidratar por 15 minutos.
- Em uma vasilha, peneire a farinha SOLITO de arroz e o açúcar mascavo. Adicione a aveia em flocos finos, uma pitada de sal, a canela, misture e reserve.
- Passados os 15 minutos, acrescente a linhaça hidratada (que irá substituir o ovo nesta receita), o extrato de baunilha, o leite de coco pronto para beber, o óleo de coco (ou outro óleo vegetal), o vinagre de maçã ou suco de limão, e a cenoura ralada.
- Adicione o fermento químico em pó e misture delicadamente.
- Se quiser, adicione castanha do pará picada e uvas passas, e misture mais uma vez delicadamente.
- Distribua a massa nas forminhas, salpique uma colher de sopa de açúcar mascavo misturado com 1/4 de colher (de chá) de canela em pó sobre eles e um pouquinho de aveia em flocos grossos sobre os muffins (ajuda a formar uma casquinha gostosa).
- Asse por cerca de 30 minutos ou até ficarem dourados.

Veja mais receitas:
www.solito.com.br