

Sobremesas | Receitas de Chocolate

Muffins PENSAL com Chocolate Negro e Framboesas

30 min. | Fácil | Económico | 12 doses

Ingredientes

- 150 g de Farinha PENSAL® com Cacau e Alfarroba
- 180 g de açúcar mascavado
- 150 g de farinha de aveia
- 1 c. de sopa de fermento
- sal q.b.
- 180 g de azeite
- 6 ovos
- 50 g de pepitas de chocolate negro
- 50 g de framboesas
- azeite para untar
- farinha de aveia para polvilhar

Informação nutricional

Energia	318,0 kcal	16%*
Proteínas	6,6 g	13%*
Lípidos	20,1 g	29%*
Hidratos de Carbono	27,5 g	11%*

*DR - Doses de Referência para um adulto médio (8400 kJ / 2000 kcal)

Preparação

1. Pré aquece o forno a 180ºC.
2. Coloca a Farinha PENSAL® com Cacau e Alfarroba numa tigela, adiciona o açúcar, a farinha de aveia, o fermento e o sal e envolve tudo muito bem.
3. Numa tigela à parte, coloca o azeite, junta os ovos e bate tudo. Adiciona o preparado de Farinha PENSAL® com Cacau e Alfarroba aos poucos e as pepitas de chocolate negro e bate tudo até ficar bem ligado.
4. Unta as formas de muffins com azeite, polvilha com farinha de aveia e verte o preparado até metade. Coloca as framboesas no interior e de seguida verte o restante preparado, mas sem encher.

5 Leva as formas ao forno cerca de 20 minutos, até os muffins ficarem cozidos.