

Muffins de Leche Horneados - Baby Bites Etapa 4 Comida

12 Porciones • 1 Porción = 1 Muffin



INGREDIENTES

- 1 taza de leche entera
- 1 huevo o sustituto de huevo
- 1 cucharadita de extracto de vainilla
- 1 ¼ taza de harina para todo uso
- ½ taza de azúcar
- 2 cucharadita de polvo de hornear
- ¼ cucharadita de sal

INDICACIONES

1. Precalienta el horno a 350°F.
2. Forre un molde para muffins a una bandeja para cupcakes con papel o moldes reutilizables.
3. In a bol, mezcle la leche, el huevo o su sustituto y el extracto de vainilla.
4. En un recipiente aparte, combine la harina, el azúcar, el polvo para hornear y la sal.
5. Agrega la mezcla líquida al bol con los ingredientes secos. Mezclar bien para combinar.
6. Vierta la mezcla de manera uniforme en cada molde para muffins o cupcakes.
7. Hornee durante 30-35 minutos o hasta que no salga la mezcla al pinchar los muffins con un palillo.
8. Una vez enfriado sírvalo inmediatamente, guárdelo en la refrigerador hasta por cinco días o guárdelo en el congelador hasta por dos meses. Asegurate de etiquetar cada recipiente con el nombre de la receta y la fecha en que se hizo.

Nutrition Facts	
12 servings per container	
Serving size	1 Muffin (49g)
Amount per serving	
Calories	100
% Daily Value*	
Total Fat 1.5g	3%
Saturated Fat 0.5g	3%
Trans Fat 0g	
Cholesterol 20mg	7%
Sodium 65mg	3%
Total Carbohydrate 20g	7%
Dietary Fiber 0g	0%
Total Sugars 9g	
Includes 8g Added Sugars	16%
Protein 3g	
Vitamin D 0mcg	0%
Calcium 128mg	10%
Iron 1mg	6%
Potassium 34mg	0%

*The % Daily Value tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice.

chefs.org

@CHEFSanAntonio

