



Magdalenas de Cranberries y Muesli

🕒 40 minutos

🍴 12 magdalenas

Ingredientes

200 g	de harina
2 cucharaditas	de levadura
100 g	de muesli sin fruta seca
125 g	de azúcar moreno
125 ml	de aceite vegetal neutro
1	huevo (M)
200 ml	de suero de leche
1	plátano pequeño
40 g	de nueces de California
125 g	de cranberries (arándanos rojos) desecados
12	moldes de papel



Preparación

Mezclar la harina con la levadura, el muesli y el azúcar. Por separado, mezclar el aceite con el huevo y el suero de leche. Aplastar la banana con un tenedor y añadir al suero de leche. Añadir esta mezcla a la de harina. Picar las nueces y añadir a la masa junto con los cranberries.

Colocar los moldes de papel en un molde para magdalenas de silicona, metálico u de otro material para el horno. Verter la masa en ellos y hornear a 175 grados de 25 a 30 minutos. Dejar enfriar.

Valor nutricional aproximado por ración:

Energía: 280 Kcal. / 1170 kJ

Proteínas: 4g

Grasas: 14,6 g

Hidratos de carbono: 34 g