

# Muffins al mais e cocco. Ho barato...



...ma senza reato ^\_\_^

Ogni tanto lo faccio...di barare...non solo con la cavia...ma anche con Settimana Enigmistica.

E' più forte di me, vedere quelle caselline bianche che non vogliono saperne di riempirsi non mi va giù e allora capita che cerchi disperatamente di completare lo schema in tutti i modi con S.Google alla mano.

La capitale delle Mauritius...eppure non è la prima volta che la leggo...mi ci entrasse in capo...devo essere davvero refrattaria alle nozioni di geografia, l'ho sempre studiata a fatica anche quando andavo a scuola!!!

Oh mamma! Queste foto era meglio non le avessi viste!

Non che sia un'appassionata di mare ma...potrei diventarlo!

E' l'idea dell'isola deserta, dove l'unico rumore è quello delle onde che si infrangono sulla spiaggia e l'unica musica il cinguettio degli uccellini, della pace e del relax, del tempo inestistente, via orologi scadenze appuntamenti...è tutto questo che mi rapisce, è questo quello di cui avrei davvero bisogno per ricaricare le batterie.

E di cui per ora, concesso, c'è soltanto il sogno!

E allora sognamo...un bungalow sulla spiaggia, il cielo azzurro, l'odore della brezza marina nell'aria e una tavola semplice e fresca, con il sapore dei tropici racchiuso in un muffin dal colore dorato, come il sole all'orizzonte...

Ahhhhh, Port Louis...la soluzione! Me lo ricorderò?



### MUFFINS AL MAIS E COCCO

Tempo di preparazione	15 minuti
Tempo di cottura	20 minuti
Tempo passivo	-
Porzioni	2 persone

#### Ingredienti per 12 muffins

- 175gr di farina 00
- 50 gr di farina di mais fioretto
- 75 gr di farina di cocco
- 1 uovo
- 100 gr di zucchero
- 200 ml di panna fresca
- 75 gr di mix tropicale disidratato (mango, papaya, ananas)
- $\frac{1}{2}$  bustina di lievito per dolci
- sale

#### Procedimento

1. Setacciare insieme in una ciotola capiente le farine con lievito, aggiungere o zucchero, la farina di cocco, la frutta disidratata tagliata a cubetti, un pizzico di sale e mescolare bene.
2. In una seconda ciotola sbattere leggermente l'uovo con una forchetta, aggiungere la panna fresca a temperatura ambiente e mescolare il tutto il modo da rendere il composto omogeneo.
3. Aggiungere i "liquidi" nella ciotola con gli ingredienti "solidi" e mescolare velocemente con un cucchiaio senza dilungarsi troppo.
4. Suddividere il composto negli stampini da muffins, riempiendoli per  $\frac{3}{4}$  e infornare a 200°C per 10 minuti.

5. Abbassare la temperatura a 180°C e proseguire la cottura per altri 15 minuti circa (prova stecchino obbligatoria!).
6. Sfornare e lasciar raffreddare su una gratella.



Con questa colazione tropicale partecipo alla raccolta di Elisa "Mai Dire Mais"



Buoni muffins e buon week end a tutti.