



Muffins de Limón y Semillas de Amapola con Crumble

INGREDIENTES:	PREPARACIÓN:
CRUMBLE DE LIMÓN - 125 g (1 tz) de harina de trigo todo uso - 75 g (6 cdas) de azúcar blanco - 84 g (6 cdas) de mantequilla con o sin sal - 1 cdta de ralladura de limón - 1/2 cdta de sal MASA DE MUFFINS - 113 g (1/2 tz) de mantequilla con o sin sal - 220 g (1 y 3/4 tzs) de harina de trigo todo uso - 150 g (3/4 tz) de azúcar blanco - 240 g (1 tz) de crema ácida / sour cream - 45 ml (3 cdas) de jugo de limón - 20 g (2 cdas) de semillas de amapola - 2 cdas de polvo de hornear - 1/4 cdta de bicarbonato de sodio - 1/2 cdta de sal - 2 cdas de ralladura de limón - 2 huevos grandes (100 g) - 1 cdta de extracto de vainilla GLASEADO DE LIMÓN - 120 g (1 tz) de azúcar glass - 30 ml (2 cdas) de jugo de limón	1. Precalentar el horno a 200°C y preparar un molde de 12 cavidades standard con 12 capacillos para muffins o cupcakes. 2. Derritir la mantequilla en un cazo a fuego bajo o a baja potencia en el microondas y retira justo antes de que se derrita por completo. 3. En un bowl pequeño, mezclar la harina, el azúcar y la sal. 4. Rallar el limón directamente sobre los ingredientes secos y, con los dedos, frotar y combinar la ralladura con ellos. 5. Añadir la mantequilla derretida y mezclar con un tenedor hasta que no queden restos de harina seca y se formen grumos. 6. Llevar esta mezcla al refrigerador mientras se prepara la masa. 1. Derritir la mantequilla y dejar atemperar hasta que esté apenas tibia (unos 32°C aproximadamente). 2. En un bowl mediano, combinar perfectamente la harina, el polvo de hornear, el bicarbonato, las semillas de amapola y la sal. 3. En otro bowl grande, poner el azúcar y añadir la ralladura de limón. Frotar con los dedos hasta obtener una mezcla arenosa y amarillenta. 4. Añadir los huevos y bate durante 1 minuto hasta que la mezcla se aclare. 5. Batir con varillas manuales o eléctricas o en una batidora de pedestal con el accesorio de varillas. 6. Incorporar la mantequilla derretida. 7. Añadir la crema agria, el jugo de limón y la vainilla. Dejar reposar estos ingredientes líquidos 5 minutos. 8. Después, agregar la mitad de los ingredientes secos al bowl de los líquidos y mezclar con una espátula. 9. Añadir el resto y mezclar suavemente hasta integrar. La masa no tiene por qué quedar perfectamente lisa, no queremos sobre batir. 1. Mezcla el azúcar glass con el jugo de limón hasta obtener una pasta 2. derramable, pero no excesivamente líquida. Ve añadiendo el jugo poco 3. a poco para no pasarte. 4. 2. Decora con chorritos de glaseado la parte de arriba de tus muffins. HORNEADO 1. Reparte la masa en los 12 capacillos (unos 70 g por muffin), llenando hasta las tres cuartas partes de su capacidad. 2. Añadir 1 cucharada de crumble repartido sobre la superficie de cada 3. muffin. 4. Hornear a 200°C durante 5 minutos. 5. Sin abrir el horno, baja la temperatura a 175°C y hornea 12-14 minutos más, hasta que el interior alcance unos 93°C o estén bien horneados y doraditos. Puedes pinchar con un palillo el centro de un muffin y, si sale limpio, están listos. Cada horno es un mundo, puede tomar unos minutos más o menos. 6. Deja que pierdan un poco el calor en el molde durante 5 minutos y pasarlo a una rejilla. CONSERVACIÓN 1. Pueden estar a temperatura ambiente hasta 3 días en un recipiente 2. hermético o tartera. 3. 2. Refrigerados duran hasta 7 días (deja que alcancen la temperatura 4. ambiente o caliéntalos 10-15 segundos antes de comer). 5. 3. Puedes congelarlos hasta 3 meses bien envueltos individualmente. 6. Pásalos al refrigerador la noche anterior a cuando los vayan a comer.

RECETA POR RUTH CABEZA “LA CARAÑOLA”

