CORN MUFFINS



Servings	Cook time	Calories
6 servings	40 Minutes	150 calories

Ingredients:

- 1 cup cornmeal
- 1 cup all-purpose flour
- ¼ cup sugar
- 1 tbsp baking powder
- ½ tsp salt
- 1 cup milk
- ¼ cup vegetable oil (or melted butter)
- 1 egg

Steps for Cooking:

1. Preheat the Oven: Preheat your oven to 400°F (200°C). Grease a muffin tin or line it with paper liners.
2. Mix Dry Ingredients: In a large bowl, combine the cornmeal, flour, sugar, baking powder, and salt. Mix well.
3. Mix Wet Ingredients: In another bowl, whisk together the milk, vegetable oil, and egg until well combined.
4. Combine Mixtures: Pour the wet ingredients into the dry ingredients. Stir gently until just combined. Be careful not to overmix; it's okay if there are a few lumps.
5. Fill Muffin Tins: Spoon the batter into the prepared muffin tin, filling each cup about two-thirds full.
6. Bake: Bake in the preheated oven for about 15-20 minutes, or until the muffins are golden brown and a toothpick inserted in the center comes out clean.
7. Cool and Serve: Allow the muffins to cool in the pan for a few minutes before transferring them to a wire rack. Enjoy the warmth!

MUFFINS DE MAIZ



Porciones	Hora de concinar	Calorias
12 muffins	30 Minutos	157 calorias

Ingredientes:

- 1 taza de harina de maíz
- 1 taza de harina para todo uso
- ¼ taza de azúcar
- 1 cucharada de polvo para hornear
- ½ cucharadita de sal
- 1 taza de leche
- ¼ de taza de aceite vegetal (o mantequilla derretida)
- 1 huevo

Preparación:

1. Precalienta el horno: Precalienta tu horno a 400°F (200°C). Engrase un molde para muffins o cúbralo con papelitos.
2. Mezcle los ingredientes secos: en un tazón grande, combine la harina de maíz, la harina, el azúcar, el polvo para hornear y la sal. Mezclar bien.
3. Mezcle los ingredientes húmedos: en otro tazón, mezcle la leche, el aceite vegetal y el huevo hasta que estén bien combinados.
4. Combinar mezclas: Vierta los ingredientes húmedos en los ingredientes secos. Revuelva suavemente hasta que esté combinado. Tenga cuidado de no mezclar demasiado; está bien si quedan algunos grumos.
5. Llenar moldes para muffins: vierta la masa en el molde para muffins preparado, llenando cada taza aproximadamente dos tercios de su capacidad.
6. Hornear: Hornee en el horno precalentado durante unos 15-20 minutos, o hasta que los muffins estén dorados y al insertar un palillo en el centro, éste salga limpio.
7. Enfriar y servir: Deje que los muffins se enfríen en el molde durante unos minutos antes de transferirlos a una rejilla. ¡Disfruta del calorcito!