CIMAN Integral
EDUCAR É NOSSA HISTÓRIA

MUFFIN DE CENOURA (SALGADO)

INGREDIENTES

2 cenouras grandes
½ cebola ralada
2 ovos batidos
1 xícara de leite
½ xícara de azeite
200g de farelo de aveia
3 fatias de queijo muçarela
2 colheres de sopa de queijo parmesão ralado
2 colheres de cheiro-verde (ou salsinha) picados
1 colher de fermento em pó
Sal a gosto

MODO DE PREPARO

1 – Rale a cenoura.
2 – Junte com a cebola, os ovos e o leite. Misture bem.
3 – Acrescente a muçarela, o parmesão, o cheiro-verde, o azeite, e, por fim, o farelo de aveia.
4 – Junte o sal e o fermento, incorporando-os bem à massa.
5 – Preaqueça o forno e disponha cerca de 2 colheres de massa em cada forminha.
6 – Polvilhe os muffins com um pouco de parmesão e leve ao forno por cerca de 20 minutos.

Por Viviane Castro