

# Blueberry Muffins

## {Magdalenas de Arándanos}

### Ingredientes:

(Todos los ingredientes han de estar a temperatura ambiente salvo que se indique lo contrario)

	(para 12 muffins)
115 g ( $\frac{1}{2}$ cup o 1 stick) de manteguilla sin sal	260 g (2 cups) de harina de trigo normal
150 g ( $\frac{3}{4}$ cup) de azúcar blanco	1 cucharadita de ralladura de limón
2 huevos (L)	2 cucharaditas de levadura química (tipo Royal)
1 cucharadita de extracto puro de vainilla	$\frac{1}{2}$ cucharadita de bicarbonato sódico
30 ml (2 cucharadas) de leche semidesnatada	$\frac{1}{2}$ cucharadita de sal
225 g (1 cup) de sour cream o yoghurt griego	150 g (1 cup) de arándanos

### Elaboración:

1. Precalentamos el horno (eléctrico) a  $175^{\circ}\text{C}$  y colocamos la rejilla a media altura.
2. Colocamos 12 cápsulas de papel en el molde. Podremos también poner directamente la masa en el molde sin cápsulas de papel, pero entonces deberemos engrasarlo previamente. De esta forma, los bordes quedarán más dorados.
3. En un cuenco mediano colocaremos los arándanos (sin rabitos) lavados y secos. Espolvoreamos con 2 cucharadas de la harina, mezclando con cuidado de no romperlos, y reservamos.
4. En el otro cuenco mediano tamizamos juntos el resto de la harina, la levadura química, el bicarbonato sódico y la sal. Una vez tamizado todo, añadimos la ralladura de limón, mezclamos con unas varillas y reservamos.
5. En el cuenco de la amasadora con el accesorio de pala (o en un cuenco grande) batimos ahora la manteguilla durante 1 minuto a velocidad media hasta que quede suave y cremosa.
6. Añadimos el azúcar y seguimos batiendo durante 3 ó 4 minutos a velocidad media-alta o hasta que adquiriera una consistencia esponjosa y ligera y haya aclarado su color inicial.
7. Reducimos la velocidad y agregamos los huevos, ligeramente batidos, de uno en uno. Nos aseguraremos de que, antes de añadir el siguiente huevo, el primero esté totalmente integrado.

8. Combinamos el extracto de vainilla con la leche y lo incorporamos a la mezcla anterior. Batimos hasta obtener una masa uniforme.
9. Agregamos ahora a velocidad baja, los ingredientes secos que teníamos reservados (harina, levadura química, bicarbonato sódico y sal) alternándolos con el sour cream (o yoghurt griego) empezando y acabando con los primeros, es decir,  $\frac{1}{3}$  de harina,  $\frac{1}{2}$  de sour cream,  $\frac{1}{3}$  de harina,  $\frac{1}{2}$  de sour cream y el último  $\frac{1}{3}$  de harina. En esta última adición apenas mezclaremos la masa; con 10 movimientos será más que suficiente.
10. Añadimos los arándanos enharinados y los mezclamos ya a mano con una espátula de silicona utilizando movimientos envolventes sólo hasta que queden repartidos por toda la masa. No pasa nada si queda algún pequeño grumo o rastro visible de harina.
11. Con la ayuda de una cuchara de helado o con una cuchara sopera, repartimos la masa por igual entre las 12 cápsulas. Las llenaremos tan sólo unos  $\frac{2}{3}$  de su capacidad.
12. Horneamos durante 25-30 minutos hasta que hayan adquirido un ligero tono dorado o hasta que al insertar una brocheta o cake tester en el centro de uno de ellos (elegiremos el que más en el centro se encuentre) salga limpia. Si no fuera así, comprobaremos cada 2 minutos hasta que lo haga.
13. Dejamos enfriar sobre una rejilla dentro del molde durante 10 minutos. Pasado este tiempo, sacamos las cápsulas con nuestros muffins de su molde y dejamos enfriar por completo sobre la rejilla.

Si se conservan en un recipiente hermético a temperatura ambiente pueden durar hasta 4 días.

Rosa M Lillo ♥