



### **Ingredienti per 6 muffin**

150 g di farina di farro  
1 banana matura sbucciata e schiacciata  
6 cucchiaini di yogurt di soia naturale (bianco e non zuccherato)  
50 g di zucchero integrale di canna  
1 cucchiaino di bicarbonato di sodio

### **Ingredienti per la crema**

Scorza di un limone grattugiato  
120 g di zucchero di canna  
500 ml di latte  
3 cucchiaini di maizena

### **Preparazione**

Iniziamo con la **preparazione della crema**: cliccate [qui](#) per il procedimento.  
Poi passiamo ai muffin: in una ciotola versiamo tutti gli ingredienti in una ciotola e mescoliamo

con lo sbattitore elettrico fino ad ottenere un composto omogeneo che distribuiremo nei 6 pirottini dei muffin ed al centro di ognuno versiamo 2 cucchiaini di crema al limone (che avremo fatto rassodare per bene, in modo che affondino nel muffin ancora crudo).

Quindi inforniamo a 180° per circa 15-20 minuti.

Quando i muffin appariranno dorati sforniamo e lasciamo intiepidire prima di servire. Attenzione alla crema che trattiene la temperatura alta molto più dell'impasto!

Sentite che buon profumino?