

Σοκολατένια Μάφινς

Τα σοκολατένια μάφινς που σας παρουσιάζουμε σήμερα δεν είναι ακόμη μια συνηθισμένη πρόταση για την ημέρα του Αγίου Βαλεντίνου. Είναι υπέροχα, ζουμερά και λαχταριστά μάφινς που μπορείς να προσφέρεις στον αγαπημένο σου στολίζοντάς τα και φτιάχνοντας το πιο ευφάνταστο μάφιν.



Το γεγονός πως η συγκεκριμένη συνταγή είναι απαλλαγμένη από βούτυρα και μαργαρίνες την κάνει ακόμη πιο υγιεινή και ακόμη πιο νόστιμη μιας και περιέχει το αγαπημένο σε όλους μας ελαιόλαδο. Αν αγαπάς τον σύντροφό σου και θέλεις να του φτιάξεις κάτι γευστικό και συνάμα υγιεινό αυτή είναι η σωστή επιλογή για σένα γιατί περιέχει ελαιόλαδο κάνει καλό στην καρδιά. Μία γερή και υγιής καρδιά αγαπάει πίο δυνατά!

Σε αντίθεση με όλες τις σοκολατοσυνταγές που κυκλοφορούν η συγκεκριμένη τις νικάει και μάλιστα με διαφορά, γιατί έχει την μαγεία της σοκολάτας στο έπακρο, την υγεία του ελαιολάδου αλλά και την τέλεια εμφάνιση ενός μάφιν. Σας το προτείνουμε ανεπιφύλακτα μιας και η μέρα του Αγίου Βαλεντίνου είναι μια μέρα με αρκετό τρέξιμο για όσους την ζουν πραγματικά. Αν έχεις και ένα περίπλοκο γλυκό, τα πράγματα θα δυσκολέψουν.

Φτιάξε εύκολο γλυκό, γεμάτο αγάπη, έρωτα και όμορφα συναισθήματα!

Η συνταγή είναι πολύ εύκολη, και ιδιαίτερη. Το αποτέλεσμα είναι ένα αρκετά υγρό μάφιν με υπέροχη γεύση. Χρησιμοποιούμε μαγειρική σόδα και ξύδι για να φουσκώσουν και έτσι αποφεύγουν το baking powder. Αν δε θες να βάλεις μέσα καφέ μπορείς να το αντικαταστήσεις με νερό ή γάλα.

Καλή επιτυχία! ☐



ΥΛΙΚΑ

για 12 κεκάκια

- 1 1/2 κούπα αλεύρι για κάθε χρήση
- 4 κουταλιές κακάο
- 1/3 κούπα ελαιόλαδο
- 3/4 κούπα άχνη ζάχαρη
- 1 κουταλάκι μαγειρική σόδα
- 1/2 κουταλάκι αλάτι
- 1 κουταλιά ξύδι
- 2 κουτάκια βανίλια
- 1 κούπα έτοιμο καφέ (νεσ ή φίλτρου) *Εναλλακτικά νερό ή γάλα

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Προθερμαίνεις τον φούρνο στους 180 βαθμούς. Σε ένα μεγάλο μπολ ανακατεύεις όλα τα στεγνά υλικά και σε ένα άλλο μπολ όλα τα υγρά υλικά. Στη συνέχεια ρίχνεις σιγά σιγά τα υγρά υλικά μέσα στα στεγνά ανακατεύοντας μέχρι να δημιουργηθεί ένα ομοιόμορφο παχύρευστο μίγμα. Βάζεις σε φορμάκια για μάφινς χαρτάκια μαφινς και τα γεμίζεις με το μίγμα. Δεν τα γεμίζεις μέχρι πάνω επειδή θα φουσκώσουν στο φούρνο! Εναλλακτικά μπορείς να βάλεις το μίγμα σε φορμάκια με σχήμα καρδιάς! Ψήνεις για 18-20 λεπτά στους 180 βαθμούς. Τα βγάζεις και τα αφήνεις λίγο να κρυώσουν.

Αν θες μετά από πάνω μπορείς να πασπαλίσεις άχνη ζάχαρη ή να βάλεις σαντιγί. Μία άλλη ιδέα είναι να φτιάξεις μία πολύ [υγιεινή σάλτσα με ταχίνι και να τρίψεις σοκολάτα](#). Αν θες όμως μπορείς να φτιάξεις και το παρακάτω γλάσο με βούτυρο, κακάο, άχνη ζάχαρη και γάλα.



Υλικά για το Γλάσο

- 4 κουταλιές βούτυρο αγελάδος
- 4 κουταλιές κακάο
- 1 1/2 κούπα άχνη ζάχαρη
- 3 κουταλιές γάλα

Εκτέλεση

Λιώνεις το βούτυρο σε κατσαρολάκι. Το βγάζεις απο τη φωτιά και προσθέτεις άχνη ζάχαρη, κακάο και γάλα. Ανακατεύεις μέχρι να γίνει ομοιομορφο μίγμα. Αν θες μπορείς να το κάνεις πιο πηχτό ή πιο υγρό. Το αφήνεις λίγο να σφήξει και στη συνέχεια το βάζεις σε κορνέ ζαχαροπλαστικής για να στολίσεις τα μάφινς. Εναλλακτικά μπορείς να βουτήξεις τα μάφινς ανάποδα μέσα στο γλάσο! Το τελευταίο που μπορείς να κάνεις είναι να τρίψεις και κάτι έξτρα από πάνω για να κάνει χρωματική αντίθεση!

Εμείς από πάνω βάλαμε και λίγο τριμμένο ινδοκάρυδο! Εσύ αν θες μπορείς να βάλεις τριμμένο αμύγδαλο ή τριμμένη λευκή σοκολάτα!

Καλή επιτυχία!!

ΥΓ Αν τα φτιάξεις, βγάλε μία φωτογραφία και στείλε μα στο [facebook](#) (bletsasGR) ή το [Twitter](#) (ftbletsas)



Να και η καρδούλα μας!!

