

# Μάφιν με μήλα και κάστανα



Όταν το καλοκαίρι φεύγει, παίρνει μαζί του και κάποιες τροφές όπως το καρπούζι, το πεπόνι και τις ντομάτες. Όταν έρχεται ο χειμώνας, δεν ξεχνάει να φέρει πολύτιμες τροφές όπως το λάχανο, το παντζάρι και τα κάστανα. Εμείς σήμερα θα κάνουμε νόστιμες συνταγές και θα βρούμε τις πιο εύκολες λύσεις για το καθάρισμα του κάστανου που τόσο μας παιδεύει. Σήμερα θα σας φτιάξω μια τέλεια και χειμωνιάτικη συνταγή μάφιν με μήλα και κάστανα.

## **Υλικά:**

2 μήλα KIKU

400 γρ. κάστανα καθαρισμένα βρασμένα

1 ποτήρι ελαιόλαδο Ariston

1 ποτήρι χυμός μήλου

400 γρ. αλεύρι δίκικο ολικής άλεσης Αφοί Κεραμάρη MANNA

100 γρ. Άχνη Ζάχαρη Αφοί Κεραμάρη MANNA

25 γρ. baking powder

½ κουταλάκι αλάτι Ιμαλαΐων SALTIC

Για στόλισμα:

Τρούφα

Σοκολατάκια με γέμιση μπισκότο

## **Εκτέλεση:**

Βάζεις στο μπολ το λάδι και τη ζάχαρη. Ανακατεύεις και βάζεις το αλάτι και το μπέικιν.

Προσθέτεις το χυμό μήλου και ανακατεύεις. Στη συνέχεια βάζεις το αλεύρι και ανακατεύεις. Τελος βάζεις τα κάστανα.

Καθαρίζεις και κόβεις τα μήλα. Βάζεις λίγες σταγόνες λεμόνι για να μην μαυρίσουν. Τα προσθέτεις στο μείγμα. Γεμίζεις τα χαρτάκια των μάφιν με το μείγμα και ψήνεις στους 180 βαθμούς για 25 λεπτά. Αφού ψηθούν βάζεις από πάνω λιωμένη σοκολάτα , τρούφα και τις μπαλίτσες σοκολάτας σαν μάτια.



### **Tips:**

- Για εξτρά γεύση στο βραστό νερό που θα ρίξουμε τα κάστανα ρίχνουμε και ένα κλαράκι δενδρολίβανο.
- Βάλτε τα σε ένα μπωλ με νερό και μία-δύο κουταλιές ζάχαρη (εξαρτάται από την ποσότητα των κάστανων) και αφήστε τα για μισή με μία ώρα για μεγαλύτερη απόλαυση.

Αν θέλεις εύκολο και γρήγορο τρόπο για να καθαρίσεις τα κάστανα δες [εδώ](#).



---

[Εύκολος τρόπος για να καθαρίσεις τα  
καστανά \(ολοκλήρα και μισά\)](#)



Τα κάστανα και το καθάρισμά τους είναι μια δύσκολη διαδικασία για πολλούς. Αν θέλουμε να έχουμε γρήγορο και αποτελεσματικό καθάρισμα στα βρασμένα μας κάστανα πρέπει να ακολουθήσουμε τα εξής βήματα:

**Αν θέλουμε ολόκληρα τα κάστανα:**

1. Με ένα μαχαίρι -παπαγαλάκι- κάνουμε ένα σταυρό κάτω από κάθε κάστανο
2. Βράζουμε για 25-30 λεπτά σε αλατισμένο νερό
3. Βγάζουμε τα κάστανα από την κατσαρόλα και τα αφήνουμε λίγο να κρυώσουν
4. Έπειτα σιγά σιγά αφαιρούμε το κέλυφος με ένα μαχαιράκι

**Στην περίπτωση που θέλουμε θριμματισμένο κάστανο (πιο γρήγορη επιλογή - ιδανικά για γέμιση):**

1. Κόβουμε τα κάστανα στην μέση με ένα μαχαίρι
2. Τα βράζουμε σε αλατισμένο νερό για 10λεπτά
3. Τα βγάζουμε από την κατσαρόλα και τα αφήνουμε λίγο να κρυώσουν
4. Ζουλάμε το κάστανο και το κάστανο θα βγει

**Extra TIPS:**

-Τα κάστανα πρέπει να είναι ακόμη ζεστά όταν τα ξεφλουδίζουμε. Αν κρυώσουν θα δυσκολευτείτε με την διαδικασία.

---