

# Muffins Integrales

**Makes:** 100 servings

100 Servings

Ingredients	Weight	Measure
Harina integral	8 lb	1 gl 3 1/2 cuarto gl
Bicarbonato de sodio		1 cda
Margarina o mantequilla	1 lb 8 oz	3 tzas
Azúcar	1 lb 8 oz	3 1/2 tzas
Azúcar morena, compacta	1 lb 8 oz	3 tzas
Huevos enteros congelados, (descongelados) o huevos grandes frescos	1 lb 5 oz	2 1/2 tzas 2 cdas ó 12 huevos
Vainilla	1/2 tza	1 cda
Leche descremada 1%	6 lb 7 oz	3 cuarto gl

## Nutrition Information

Key Nutrients	Amount	% Daily Value
<b>Total Calories</b>	<b>245</b>	
Total Fat	7.04 g	
Protein	6.78 g	
Carbohydrates	41.39 g	
Dietary Fiber	4.43 g	
Saturated Fat	1.44 g	
Sodium	393 mg	

## Directions

1. Mezcle la harina, bicarbonato de sodio y sal en un tazón.
2. En una batidora bata la mantequilla y azúcares a punto cremoso. Añada los huevos y la vainilla. Mézclelos bien. Poco a poco incorpore alternando la mezcla de harina y la leche hasta que estén bien integradas.
3. Con un cucharón No. 6 (2/3 tza) distribuya la mezcla

en los moldes de muffin que han sido ligeramente cubiertos con aceite antiadherente en aerosol o forrados con papel de hornear.

4. Hornee hasta que estén ligeramente dorados:  
Horno convencional: 400° F de 15 a 17 minutos.
5. Retírelos de los moldes y colóquelos en las rejillas para enfriar antes de servir.