



Jablečné muffiny se skořicí

Ingredience

- 1.25 hrnky hladká mouka
- 60 g Celozrnná mouka
- 0.5 hrnek cukr
- 2 lžičky prášek do pečiva
- 1 lžíce mletá skořice
- 160 ml mléko
- 0.33 hrnek jablečná šťáva
- 2 lžíce rostlinný olej
- 1 větší vejce
- 1 větší jablko
- 0.75 hrnek Brusinky
- 10 g cukr

Postup

1. Předehřejte troubu na 200°C . Tukem vymažte formu na muffiny nebo ji obložte papírovými košíčky na pečení.
2. Smíchejte hladkou mouku, celozrnnou mouku, krupicový cukr, prášek do pečiva a skořici ve středně malé misce.
3. V malé misce šlehejte odpařené mléko, citronovou šťávu, olej a vejce, dokud se ingredience nespojí. Přidejte směs s moukou a míchejte dokud bude těsto bez hrudek. Vmíchejte nastrouhané jablko a brusinky či borůvky podle vaší chuti. Těsto nalijte do připravených košíčků na muffiny, naplňte je do 3/4. Posypejte skořicovým cukrem.
4. Pečte 14 až 16 minut. Zda jsou muffiny hotové zkontrolujete vložení dřevěné špejle do prostředku muffinu - Po vytažení by měla být špejle čistá. Vyjměte z formy, aby muffiny mírně vychladly. Jsou výborné teplé i studené.

⌚ 22 Méně

⊕ 12

Sacharidy	35.65 G
Energie	183.6 kcal
Tuky	3.71 G
Protein	3.23 G