

Mazsolás, almapürés, zabpelyhes muffin



Hozzávalók:

16 dkg finomliszt, 12 dkg zabpelyhely (a puhább fajta), 1 kiskanál sütőpor, 1 kiskanál szódabikarbóna, fél mokkáskanál só, 1 mokkáskanál őrölt fahéj, 1 kiskanál vaníliaaroma, 12 dkg barna cukor, 10 dkg vaj vagy sütőmargarin, 2,5 dl bébiételként kapható almapüré (tisztán mérve), 12 dkg puha mazsola, 4 tojásfehérje

a forma kikenéséhez:
vaj vagy sütőmargarin

1. A lisztet a zabpelyhellyel, a sütőporral, a szódabikarbónával, a sóval és a fahéjjal összeforgatjuk. A vaníliaaromát, a cukorral kikevert vaját (margarint), az almapürét és a mazsolát hozzáadjuk. A kemény habbá vert tojásfehérjét beleforgatjuk.
2. Egy közepes muffinsütő mélyedéseit kikenjük vagy papírkosárákkal kibéleljük. A mazsolás masszát beletöltjük.

Előmelegített sütőben, közepes lánggal (180 °C; légkeveréses sütőben 165 °C) kb. 20 perc alatt megsütjük. A formában maradjon 10 percig, majd a kis süteményeket rácusra rakjuk, hogy teljesen kihűljenek.

12 darab

Elkészítési idő: 40 perc

Egy darab: 232 kcal