



Hozzávalók:

2 körte (30 dkg, tisztítva mérve 22-23 dkg),
10 dkg tejszokoládé, 30 dkg finomliszt, 1
csomag sütőpor, 1 mokkáskanál
szódabikarbóna, 5 dkg zabpehely, 1
evőkanál keserű kakaópor, 3 tojás, 15 dkg
kristálycukor, 15 dkg vaj vagy
sütőmargarin, 1 evőkanál um
a forma kikenéséhez:
vaj vagy sütőmargarin

1. A körtés, csokoládéshoz a körtét megmossuk, meghámozzuk, félbevágva magházát kimetsszük, húsát kis (6-7 milliméteres) kockákra vágjuk. A csokoládét a reszelő nagy lyukú oldalán lereszeljük.
2. A lisztet a sütőporral, a szódabikarbónával, a zabpehellyel és a kakaóporral összeforgatjuk. A tojást a cukorral fehéredésig keverjük, ez elektromos habverővel, maximális fokozaton 3-4 perc. A puha (szobahőmérsékletű) vaját beledolgozzuk, a rummal ízesítjük, azután először a lisztes keveréket, majd a körtét végül pedig a csokoládét keverjük bele.
3. Egy közepes muffinsütő mélyedéseit kikenjük, de az is jó, ha papírkosárral kibéleljük. A masszával megtöltjük. Előmelegített sütőben, közepes lánggal (180 °C; légkeveréses sütőben 165 °C) 18-20 percig sütjük. A formában hagyjuk hűlni 10-15 percig, majd a kis süteményeket rácsra rakjuk, amíg teljesen ki nem hűlnek.

12 darab

Elkészítési idő: 40 perc

Egy darab: 321 kcal • fehérje: 5,8 gramm • zsír: 14,8 gramm • szénhidrát: 40,3 gramm • rost: 3,0 gramm • koleszterin: 52 milligramm