



Hozzávalók:

15 dkg eper, 1 nagy kiwi, 24 dkg finomliszt (a fele Graham-liszt vagy tönkölyliszt is lehet), 4 dkg kókuszreszelék, 1 csomag sütőpor, 1 mokkáskanál szódabikarbóna, 2 tojás, 12 dkg kristálycukor, 1 csomag vaníliás cukor, 12 dkg vaj vagy sütőmargarin, 1 kis pohár natúr joghurt (lehet kókuszos, eperes vagy kivis is) a forma kikenéséhez:  
vaj vagy sütőmargarin

1. Az epert kicsumázzuk és közepes kockákra vágjuk, ahogyan a meghámozott kivit is. A lisztet a kókuszreszeléssel, a sütőporral és a szódabikarbónával összeforgatjuk, majd belekeverjük a gyümölcsöket is.
2. A tojást a kétféle cukorral jó habosra keverjük, ezt elektromos habverővel 3 perc. Először a puha (szobahőmérsékletű) vaját (margarint), azután a joghurtot végül a gyümölcsös lisztet adjuk hozzá. Utóbbit óvatosan, nehogy a gyümölcs összetörjön.
3. Egy közepes muffinsütő mélyedéseit kikenjük vagy papírkosárákkal kibéleljük, és a gyümölcsös masszával a háromnegyedükig megtöltjük.
4. Előmelegített sütőben, közepes lánggal (180 °C; légkeveréses sütőben 165 °C) kb. 20 perc alatt megsütjük. A formában maradjon 15 percig, majd a kis süteményeket rácsra rakjuk, hogy teljesen kihűljenek.

12 darab

Elkészítési idő: 35 perc

Egy darab: 243 kcal