

Vollkorn Muffins mit Obst

Zutaten | ca. 12 kleine oder 7 normale Muffins:

50g weiche Butter

1 Ei

125g Vollrohrzucker

100 ml Milch

Etwas gem. Vanille und Zimt (an beidem nicht sparen)

200g fein gem. Dinkel

1 ½ TL Backpulver

150g Früchte (z.B. Johannisbeeren, Stachelbeeren, Kirschen, Himbeeren, Brombeeren, Äpfel)

2 EL Vollkornmehl

So geht's:

In einer Schüssel die weiche Butter mit dem Ei und dem Vollrohrzucker schaumig rühren. Die Milch und die Gewürze unterrühren. Das Dinkelmehl mit dem Backpulver vermischen, zum Teig geben und gut vermengen. Die Früchte waschen, gut trocknen und mit dem Vollkornmehl vermischen. Die Masse unter den Teig heben. Jeweils zwei Papierbackförmchen ineinanderstecken und den Teig zu 2/3 der Förmchen einfüllen. Bei 175 Grad 20 Min backen.

Guten Appetit!