

Vollkorn Muffins mit Früchten

Zutaten | für 12 Muffins:

50g weiche Butter/Margarine
80g Apfelmark
125g Rohrzucker
100 ml (Hafer-)Milch
2TL Zimt
200g Dinkelvollkornmehl
1 TL Backpulver
1 TL Natron
1 EL Apfelessig oder Zitronensaft
150g Früchte (z.B. TK-Heidelbeeren)



So geht's:

In einer Schüssel die weiche Butter/Margarine mit dem Apfelmark und dem Rohrzucker mit einem Rührgerät schaumig rühren. Das Dinkelmehl mit dem Backpulver, Natron und Zimt gut vermischen. Milch und Apfelessig/Zitronensaft zur Zuckermischung geben und nach und nach die Mehlmischung mit zum Teig geben und gut verquirlen. Muffinform mit Papierförmchen auslegen oder gut einfetten. TK Früchte in einer Schüssel mit 1-2 EL Mehl vermischen und zur Teigmischung geben. Förmchen zu 2/3 mit Teig füllen. Bei 175 Grad Umluft ca. 20 Min backen.

Guten Appetit!