

BLAUBEERMUFFINS



FÜR DEN TEIG

- 80 g Mehl
- 75 g Haferschmelzflocken
- 50 g Vollkornhaferflocken
- 2 Eier (M)
- 140 g feiner Zucker
- 2 Päckchen Vanillezucker
- 1 MS Zimt
- 8 EL Erdnussöl
- 4 EL neutrales Pflanzenöl
- 250 g Joghurt
- 50 g Erdnüsse
- 150 g Blaubeeren

ZUBEREITUNG

Schritt 1

Backofen auf 180 °C Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Das Mehl, die Haferschmelzflocken, die Vollkornhaferflocken und das Backpulver in einer Schüssel mischen.

Schritt 2

In einer zweiten Schüssel die Eier mit dem Zucker, Vanillezucker, Zimt, Erdnussöl, Öl und Joghurt verrühren.

Schritt 3

Danach die Erdnüsse klein hacken. Zusammen mit der Mehlmischung kurz in die

Eimasse unterrühren und die frischen oder tiefgefrorenen Blaubeeren unterheben.
Wichtig: Nicht zu viel rühren!

Schritt 4

In die Mulden eines Muffenblechs Papierbackförmchen setzen und den Teig einfüllen.

Schritt 5

Im vorgeheizten Backofen 30 Minuten bei 180 °C Ober-/ Unterhitze backen.

Schritt 6

Auskühlen lassen und mit Puderzucker bestreuen.



Weitere leckere Rezepte gibt es auf

www.constructa.de/rezepte



Jetzt Constructa auf Facebook folgen:

www.facebook.com/Constructa.Deutschland