

Muffins Rezepte

Ahornsirup Kleie Muffins

Anzahl: 1 Muffinsblech

Gattung: Backen, Kleie, Muffin

3/4	Tasse/n Weizenkleie	1	Ei
1,25	Tasse/n Buttermilch	0,33	Tasse/n Pflanzenöl
1	Tasse/n Vollkornmehl	3/4	Tasse/n Ahornsirup
1	Tasse/n Weißmehl	1/2 Teel.	Bittermandel-Aroma
2	Teel. Backpulver		Je eine Walnushälfte oder
1/2	Teel. Natron		Gehackte Nüsse
1/2	Tasse/n Walnüsse, gehackt		

Den Backofen auf 180 Grad C vorheizen. Die Muffinsblech - Vertiefungen einfetten oder mit Papier - Backförmchen ausstatten.

In einer mittelgroßen Schüssel die Kleie mit der Buttermilch verrühren. 5-10 Minuten quellen lassen.

In einer weiteren Schüssel die trockenen Zutaten, d.h. Mehl, Backpulver, Natron und die Nüsse, sorgfältig vermischen.

In einer großen Schüssel das Ei aufschlagen und leicht verquirlen. Das Öl, den Ahornsirup und das Mandelaroma hinzugeben und gut vermischen. Das Kleiegemisch unterrühren. Zuletzt die trockenen Zutaten beifügen und vorsichtig unterheben, bis sie feucht sind.

Den Teig zu 3/4 in die Vertiefungen füllen. Auf jedes Teil eine Walnushälfte setzen oder Nüsse streuen. Bei 180 Grad C auf mittlerer Schiebeleiste 20-25 Minuten backen.