

Muffins Rezepte

Kirsch Muffins Light

Anzahl: 8 Stück

Gattung: Backen, Gebäck, Kirsche, Muffins

Für Den Teig

75 g Weiche Margarine
3 Teel. Flüssige Diätsüße
1 Ei
125 g Mehl
1 Teel. Backpulver

10 g Kakao
3 Essl. Magermilch
100 g Diät-Schattenmorellen; gut
- abgetropft

Außerdem

8 Papierbackförmchen

Margarine schaumig rühren, Diätsüße und Ei hinzufügen. Mehl mit Backpulver und Kakao mischen, nach und nach mit der Milch unterrühren, bis der Teig schwer reißend vom Löffel fällt. Zum Schluss die Schattenmorellen unterheben.

Den Teig gleichmäßig auf die Papierförmchen verteilen, auf ein Backblech setzen und in die Mitte des auf ca. 180 Grad c vorgeheizten Backofens schieben, 15 bis 20 Minuten backen. Anschließend erkalten lassen und in den Papierförmchen servieren.

8 Stück, pro Stück etwa 140 kcal = 593 kJ