

Muffins Rezepte

Grundteig Für Süße Muffins

Anzahl: 12 Stück

Gattung: Backen, Muffins, Teig

1	Muffin-Blech mit 12 Mulden	1/4 Teel. Salz
	- und/oder	80 g Zucker
	- Papierförmchen	80 ml Pflanzenöl
	Fett für das Blech	2 Eier (Größe M)
240 g	Mehl	200 g Vollmilchjoghurt
2	Teel. Backpulver	

Elektro-Ofen auf 175 Grad vorheizen. Muffin-Blech vorbereiten oder jeweils zwei Papierförmchen ineinander stellen.

Mehl mit Backpulver, Salz und Zucker mischen. Öl mit Eiern und Joghurt verrühren. Mit einem Kochlöffel oder Schneebesen die Mehlmischung unter die Joghurtmasse rühren, bis alles gut vermengt ist.

Teig in die Mulden des Muffin-Blechs oder die Förmchen füllen und im Ofen bei 175 Grad (Gas: Stufe 2) etwa 20 Minuten backen. Muffins etwas auskühlen lassen und herausnehmen.

Pro Stück: 180 kcal/760 kJ 22 g Kohlenhydrate, 4 g BweiB, 9 g Fett