

Áfonyás muffin

Az áfonya önmagában már "superfood", de ha még muffin is készül belőle! Szerintem a muffint nem lehet megenni. Gyorsan, könnyen elkészíthető. Egy leves után, uzsonnára kiváló. Sőt még a gyerekeknek a suliba is csomagolhatunk belőle. Hacsak el nem fogy ez a finomság már előző nap. :-)

ADAG 12 darab	ELŐKÉSZÍTÉS 15 perc	SÜTÉS 25 perc
SÜTŐ <i>Alsó-felső sütés középső rács</i>		SÜTÉSI FOK 200°C

HOZZÁVALÓK:

- 300 g + 1 evőkanál finomliszt
- 1 csomag sütőpor
- 1/2 teáskanál só
- 100 g vaj
- 150 g nádcukor
- 2 egész tojás
- 200 ml tejszín
- 1 csomag vaníliás cukor
- 1/2 teáskanál őrölt kardamon
- 200 g áfonya

ELKÉSZÍTÉS:

1. Melegítsük fel a sütőt 200 °C-ra.
2. Az áfonyát egy evőkanál liszttel keverjük össze.
3. A vajat olvasszuk fel.
4. Egy nagy keverőtálba öntsük bele a lisztet, sütőport, sót, nádcukrot, vaníliás cukrot, kardamont, vajat, tojást, tejszínt. Az egészet keverjük össze. Végül az áfonyát is óvatosan keverjük hozzá.
5. Adagoljuk ki muffin sütőformába. Tegyük a sütőbe és 25 perc alatt süssük meg.
6. Ha kihűlt, tálaljuk.

Tipp:

- ☀ Mélyhűtött áfonyával is elkészíthető a recept. Az arány nem változik.

Videó: <https://youtu.be/go4vAPK33iA>

Család és Citrom 

<https://csaladescitrom.hu/>