

Bananensplit - Muffin

Zutaten für: 1 Rezept

90	Gramm	Vollkornmehl
100	Gramm	Mehl
1 1/2	Teel.	Backpulver
1/2	Teel.	Natron
30	Gramm	Geh. Walnüsse
40	Gramm	Schokotröpfchen (z.B. Schwartz)
1		Ei
120	Gramm	Brauner Zucker
80	ml	Öl
4	mittl.	Zerdrückte Bananen

Anleitung:

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. Das Muffeinblech mit Papierförmchen ausstatten. Die trockenen Zutaten Mehl, Backpulver, Natron, Walnüsse und die Schokotröpfchen mischen. In einer anderen Schüssel das Ei verquirlen, dann den Zucker, Öl und die Bananen gut unterrühren. Die trockenen Zutaten dazu und Mischen. Den Teig zu $\frac{3}{4}$ in die Papierförmchen füllen und 20-25 min. backen. Wer möchte, kann in den Teig noch ca. 150 g Erdbeerstückchen rühren.