

Cranberry - Muffins 2

Zutaten für: 12 Stücke

FÜR DIE BEERENFÜLLUNG

320	Gramm	TK- Cranberries
50	ml	Milch
3	Pack.	Vanillezucker

FÜR DEN TEIG

120	Gramm	Zucker
1		Ei
50	Gramm	Weiche Butter
75	ml	Milch
250	Gramm	Mehl
2	Teel.	Backpulver
2	Essl.	Mandelblättchen

Anleitung:

1. Die Cranberries auftauen lassen. Die Milch mit Vanillezucker aufkochen. Beeren zufügen, bei schwacher Hitze ca. 5 Min. erhitzen. Vom Herd nehmen und abkühlen lassen.

2. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad) vorheizen. Zucker, Ei, weiche Butter und Milch in einer Rührschüssel verrühren. Das Mehl mit dem Backpulver mischen und unterheben. Die abgekühlten Cranberries samt Sud zufügen, ebenfalls unterheben. Papierbackförmchen in ein Muffeinblech setzen und den Teig mit einem Löffel einfüllen. Mit Mandelblättchen bestreuen und Ca. 25 Min. backen. Aus dem Ofen nehmen und auf einem Kuchengitter erkalten lassen.

TIPP. Die aus Kanada stammenden Cranberries ähneln in ihrem Aussehen und im Geschmack den Preiselbeeren. Sie haben einen hohen Gehalt an Vitamin C, Kalzium und Eisen und werden vor allem zu Saft, Desserts oder Marmelade verwendet. im Gegensatz zu Preiselbeeren können sie auch roh (mit Zucker) verzehrt werden. Der Genuss dieser Beere wirkt sich günstig auf die Darmflora und die Blasen-tätigkeit aus.

Vorbereitung: 30 Min. Backzeit: 25 Min. 220 kcal, E 5 g, F 8 g, KH 31 g
Frau im Trend