

## Muffins 1.1

Zutaten für: 8 Stück

100	Gramm	Haferkleie
200	ml	Milch
50	Gramm	Vollrohrzucker
1	Essl.	Öl
1		Ei
1	Prise	Salz
50	Gramm	Vollkornmehl
3/4	Pack.	Backpulver
50	Gramm	Rosinen
1		Apfel, geraffelt

### Anleitung:

Haferkleie, Milch und Vollrohrzucker verrühren und 2-3 Stunden quellen lassen. Öl, Ei und Salz zufügen. Vollkornmehl und Backpulver mischen, unter die Masse rühren. Rosinen und Äpfel unterheben. Teig in gefettete Muffinförmchen oder Muffinblech füllen. Bei 175°C ca. 20-25 Min. backen. Abwandlungen: statt Rosinen und Äpfel, 50 g getr. Aprikosen, gewürfelt, 30 g geh. Walnüsse oder 60 g Schokolade in Stückchen geschnitten unter den Teig mischen.

Zubereitungszeit: ca. 3 1/2 Stunden