

Nuß - Muffins mit Ahornsirup

Zutaten für: 12 Stück

		Zutaten 100 g Mehl
90	Gramm	Vollkornmehl
2	Teel.	Backpulver
1/2	Teel.	Natron
80	Gramm	Gehackte Walnüsse
1		Ei
50	Gramm	Brauner Zucker
100	ml	Öl
75	ml	Ahornsirup
250	Gramm	Joghurt
120	Gramm	Buttermilch
1/2	Teel.	Bittermandelextrakt
40	Gramm	Weizenkleie

FÜR DEN BELAG

12 Walnußhälften

Anleitung:

Das Mehl mit Vollkornmehl, Backpulver, Natron und Nüssen sorgfältig vermischen. In einer weiteren Schüssel das Ei aufschlagen und leicht verquirlen. Den Zucker, Öl, Ahornsirup, Joghurt, Buttermilch, Bittermandelextrakt und Kleie hinzufügen und gut vermischen. Die Teigmasse 5-10 Minuten quellen lassen. Dann die Mehlmischung vorsichtig unterheben. Backen bei 180 Grad ca. 20-25 Minuten (vorgeheiztem Ofen)