



Ahornsirup-Kleie-Muffins

Autor des Rezepts: www.rezeptzentrale.de



(dies ist ein "Tassenrezept". Alles zu Tassen gibts [hier](#))

Rezept Zutatenliste

-
- 3/4 Tassen Weizenkleie
-
- 1 1/4 Tassen Buttermilch
-
- 1 Tasse Vollkornmehl
-
- 1 Tasse Weißmehl
-
- 2 TL Backpulver
-
- 1/2 TL Natron
-
- 1/2 Tassen Walnüsse, gehackt
-
- 1 Ei
-



1/3 Tassen Pflanzenöl

-

3/4 Tassen Ahornsirup

-

1/2 TL Bittermandel-Aroma

-

Je eine Walnushälfte

Zubereitungsanweisung

1. Den Backofen auf 180 Grad C vorheizen. Die Muffinblech-Vertiefungen einfetten oder mit Papier-Backförmchen ausstatten.
2. In einer mittelgroßen Schüssel die Kleie mit der Buttermilch verrühren. 5-10 Minuten quellen lassen.
3. In einer weiteren Schüssel die trockenen Zutaten, d.h. Mehl, Backpulver, Natron und die Nüsse, sorgfältig vermischen.
4. In einer großen Schüssel das Ei aufschlagen und leicht verquirlen. Das Öl, den Ahornsirup und das Mandelaroma hinzugeben und gut vermischen. Das Kleiegemisch unterrühren. Zuletzt die trockenen Zutaten beifügen und vorsichtig unterheben, bis sie feucht sind.
5. Den Teig zu 3/4 in die Vertiefungen füllen. Auf jedes Teil eine Walnushälfte setzen. Bei 180 Grad C auf mittlerer Schiebeleiste 20-25 Minuten backen.

Anmerkungen

Keine Beschreibung vorhanden

Zubereitungszeit	5 Min	Schwierigkeitsgrad	einfach
Portionen	zwölf Portionen	Sonstige Menge	
Land/Region		Kosten pro Portion	