



Ahornsirup-Haferflocken-Muffins

Autor des Rezepts: www.rezeptzentrale.de



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

Rezept Zutatenliste

-

3/4 Tassen feine Haferflocken

-

1 Tasse Buttermilch

-

3/4 Tassen Vollkornmehl

-

3/4 Tassen Weißmehl

-

1 1/2 TL Backpulver

-

1/2 TL Natron

-

1 Ei

-

1/2 Tassen Zucker (weiß oder braun)

-



1/3 Tassen Pflanzenöl

-

1/4 Tassen Ahornsirup

-

1/4 TL Bittermandel-Aroma

Zubereitungsanweisung

1. Den Backofen auf 180 Grad C vorheizen. Die Muffinblech-Vertiefungen einfetten oder mit Backpapier-Förmchen ausstatten.
 2. In einer mittelgroßen Schüssel die Haferflocken mit der Buttermilch verrühren und 5-10 Minuten quellen lassen.
 3. In einer weiteren Schüssel die trockenen Zutaten, also Mehl, Backpulver und Natron sorgfältig vermischen.
 4. In einer großen Schüssel das Ei aufschlagen und leicht verquirlen.
 5. Den Zucker, das Öl, den Ahornsirup und den Mandelextrakt hinzufügen und gut vermischen. Die Haferflockenmasse unterrühren. Die trockenen Zutaten beifügen und vorsichtig unterheben, bis sie feucht sind.
 6. Den Teig zu 3/4 in die Vertiefungen einfüllen. Bei 180 Grad C auf mittlerer Schiebleiste 20-25 Minuten backen.
- 1.

Anmerkungen

Vorschlag zur Dekoration: Nach dem Erkalten können die Muffins mit einem Puderzuckerguss der mit Ahornsirup angereichert wurde, überzogen werden.

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