



Feigen-Bananen-Muffins

Autor des Rezepts: Motschenbacher



Keine Beschreibung vorhanden

Rezept Zutatenliste

-
- 125g Vollkornmehl (Weizen)
-
- 125g Maisstärkemehl
-
- 100g Zucker (fein gemahlen)
-
- 250g Speisequark (20% Fett)
-
- 2 Eier
-
- 2 TL Backpulver
-
- 100g Butter oder Margarine
-
- 2 reife Bananen
-



100g getrockene Feigen (kleine Feigen aus Iran)

-

2 EL Zwetschgenwasser oder Kirschwasser

Zubereitungsanweisung

1. Backofen auf 190°C (Umluft auf 180°C) vorheizen
2. Speisequark, Zucker, Butter(aufgewärmt) und Eier in einer Rührschüssel gut verrühren.
3. Feigen klein schneiden und Bananen mit einer Gabel zu Brei drücken
4. Beides in eine Rührschüssel geben und gut unter die Masse heben
5. 2 EL Zwetschgenwasser dazugeben
6. Vollkornmehl, Maisstärkemehl und 2 TL Backpulver mischen und alles zu einem Teig verrühren
7. Den Teig in eingefettete oder mit Backförmchen versehene Muffinförmchen füllen.
8. Backzeit ca. 20-25 Min. bei 180°C.
9. Nach dem Backen ca. 5 Minuten und auf einem Küchengitter weiter abkühlen lassen.

Anmerkungen

Keine Beschreibung vorhanden

Zubereitungszeit	10 Min	Schwierigkeitsgrad	einfach
Portionen	zwölf Portionen	Sonstige Menge	
Land/Region		Kosten pro Portion	