

## muffinki musli



Autor: **tasty-and-fit**  
Przepisów: **211** Ocena: **4606**

> 6 os. 30 min łatwe tanie



## Składniki:

- 3/4 szklanki płatków owsianych
- 1/4 szklanki posiekanych orzechów - można dać orzechy, suszone owoce, czekoladę lub np skórkę pomarańczową
- 1 garść rodzynek
- 3/4 szklanki wiórków kokosowych
- 1 szklanka mąki pszennej pełnoziarnistej
- solidna szczypta soli
- 2 łyżeczki proszku do pieczenia - czasem zastępuję 1/2 łyżeczki sody
- 3 całe jajka
- 1/2 szklanki cukru
- 1/2 szklanki jogurtu naturalnego
- 50 g masła

## Sposób przygotowania:

- 1 Siekam orzechy tak, by były przyjemne do jedzenia po upieczeniu. Do szklanki wsypuję 3/4 szklanki płatków owsianych oraz orzechy. Dodaję wiórki kokosowe, mąkę, sól, proszek do pieczenia i rodzynki -dokładnie mieszam. Gdyby suszone owoce były sklezione, to je teraz rozdzielam -obtoczą się pojedynczo w mące, dzięki czemu nie zbrylują się w cieście i upieką się osobno.

Roztapiam masło -ma być płynne, ale nie gorące (można w mikrofalówce, kilkadziesiąt sekund powinno wystarczyć).

Do drugiej miski wbijam całe jajka, dosypuję cukier i miksuję do czasu, aż jajka pojaśnieją, zwiększą objętość i staną się puszyste. Dodaję jogurt, roztopione masło i mieszam.

Do miski ze składnikami mokrymi dosypuję składniki sypkie i szybko mieszam do połączenia zawartości obu misek. Mieszam od dna, szybko, wręcz niedbale i nie za długo. Przekładam ciasto do blaszki na muffinki. Wstawiam do rozgrzanego piekarnika i piekę w 180-200 st. przez ok. 20 minut. - zależy od piekarnika. Smacznego!;)



Twoje notatki do przepisu:

