












Früchte - Dinkel - Muffins

Zutaten:




150g	Butter
400g	Dinkelvollkornmehl
2 Tl.	Backpulver
1 Prise	Salz
120g	braunen Zucker oder
100g	Honig
2	Eier
$\frac{1}{4}$ l	Milch
150g	Früchte (Himbeeren, Aprikosen ...)
1 Tl.	Butter für die Backform



Zubereitung:

-  Backofen auf 200°C vorheizen
-  Mehl mit Backpulver in eine Schüssel geben.
-  Salz und braunen Zucker oder Honig untermischen.
-  Eier mit Milch und Butter zugeben und zu einem schwerreißenden Teig verrühren
-  Früchte zerkleinern und unterziehen.
-  Die Vertiefungen eines Muffinblechs einfetten und den Teig darin verteilen.
-  Im vorgeheizten Ofen auf der mittleren Schiene 25-30 Minuten backen.
-  Abkühlen lassen.
-  Muffins vorsichtig aus den Vertiefungen lösen und auf einer Platte anrichten.

Tipp:

-  Der Teig kann auch in Papierförmchen gebacken werden.
-  Muffins nach Belieben mit wenig Puderzucker bestauben.
-  Dazu eine Früchte-Buttermilch, Tee oder einen Früchte-Joghurt-Shake reichen.