



ZUTATEN

- 130g Haferflocken (kernig)
- 50g brauner Zucker
- 220g Mehl
- 3TL Backpulver
- Prise Salz
- 40g Honig
- 50ml Buttermilch
- 60ml Sonnenblumenöl
- 2 Eier
- 4 Birnen
- Spritzer Zitronensaft

REZEPT: HONIG-BIRNEN MUFFINS

1. Ofen auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen
2. Für fluffige Muffins die trockenen und flüssigen Zutaten getrennt voneinander mischen: Zunächst in einer Schüssel 100g Haferflocken, braunen Zucker, Mehl, Backpulver und Salz vermischen. In einer weiteren Schüssel Honig mit Buttermilch, Sonnenblumenöl, Eiern und Zitronenspritzer verrühren. Zwei der vier Birnen in kleine Würfel schneiden und ebenfalls unter die flüssige Masse heben
3. Nun beides zu einem Teig verrühren: Mit einem Kochlöffel den trockenen Mix zu dem Flüssigen geben und jeweils nur kurz verrühren, sodass eine homogene Masse entsteht
4. Die Muffinmulden entweder einfetten und bemehlen oder mit kleinen Muffinförmchen auslegen
5. Jeweils 1 - 2 EL Teig in die Muffinförmchen füllen. Die übrig gebliebenen zwei Birnen längs in ca. 0,5cm dicke Scheiben schneiden, das untere Drittel (etwa Mitte des "Birnenbauches") abschneiden und die Scheiben in den Teig stecken. Anschließend mit restlichen Haferflocken bestreuen
6. Muffins ca. 25-30 Minuten backen und noch warm genießen

REICHT FÜR 18 PERSÖNCHEN  
DAUERT 40 MINUTEN  
(VORBEREITUNGSZEIT 10 MINUTEN)




---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

NOTIZEN

