

Bananen - Erdnuss-Muffins

der Back -AG FGTS Eiweiler

Gruppenleitung: Nicole



Zutaten für 12 Muffins:

180g Mehl

$\frac{1}{2}$ TL Natron

1 EL Backpulver

$\frac{1}{2}$ TL Salz

90g Zucker

$\frac{1}{4}$ TL Zimt

$\frac{1}{4}$ TL Muskat

3 reife Bananen

80 ml Öl

1 Ei

2 EL Erdnussbutter, crunchy

100g Erdnüsse, grob gehackt

evtl. Schokoglasur

Mehl, Natron, Backpulver, Salz, Zucker, Zimt und Muskat vermischen.

Bananen zerdrücken und mit Erdnussbutter, Öl und dem Ei durchmixen. Beide Massen zusammenrühren und die gehackten Erdnüsse hinzufügen. In Muffinförmchen füllen und bei 190 Grad Celsius Umluft 20 Minuten backen.

Wer mag kann die Muffins mit Schokoglasur bestreichen.



