STICHTING KWEST

Recept

Frambozen muffins

Dit recept is voor 20 kinderen

Dit heb je nodig:

- 1 banaan
- 2 eieren
- 125 ml (amandel)melk
- 2 theelepels bakpoeder
- 125 gr havermout
- Handvol frambozen (vers geplukt bij Framblij)
- 40 gr kokos
- 30 ml zonnebloemolie
- Snufje zout
- Cupcake papiertjes

STICHTING KWEST

Recept

Zo maak je het

1. Verwarm de oven voor op 170 graden.
2. Mix de havermout met de banaan, het bakpoeder en de eieren en de amandelmelk tot een glad beslag.
3. Spatel de kokos en de zonnebloemolie erdoorheen.
4. Meng tenslotte de frambozen door het beslag.
5. Verdeel het beslag over de muffin vormpjes.
6. Bak de muffins in ongeveer 30 – 35 minuten goudbruin en gaar.
7. De muffin is gaar als een satéprikker er schoon en droog uitkomt.

Tips & Tricks

- ✓ Bij stap 3 kun je eventueel ook een kneep honing toevoegen.
- ✓ Je kunt de muffins ongeveer 3 dagen bewaren in de trommel. Invriezen kan ook.