

Saftige Grünkernmuffins mit getrockneten Früchten



Zutaten:

(Rezept von Thomas Backenstos vom Bäckerinnungsverband)

- 100 g Vollei (ca. 2 Eier; Größe M)
- 100 g Zucker
- 100 g Sonnenblumenöl oder Rapsöl
- 50 g Mehl
- 50 g Weizenstärke
- 10 g Grünkernschrot (z.B. Fränkischer Grünkern g.U.)
- 40 g Cranberries oder getrocknete Kirschen (eingelegt in Edeldestillat: z.B. Schwarzwälder Himbeergeist oder Kirschwasser g.g.A.)
- 4 EL Apfelsaft oder Wasser
- 4 g Backpulver
- Extra: 200 g Schokolade oder Kuvertüre, Deko-Schokoblätter oder Krokantblätter



Tipp: 50 ml Eierlikör und 25 g weiße geraspelte Schokolade mit in den Teig geben.

Zubereitung

Den Zucker, das Mehl, die Weizenstärke, das Grünkernschrot, die Beeren und das Backpulver gut mischen.

Dann in einer Schüssel mit Öl, Eiern und Apfelsaft 10 min mit dem Mixer (mittlere Stufe) aufschlagen.

Im vorgeheizten Backofen ca. 20 min. bei 170° C Umluft backen.

Abkühlen lassen. Danach mit der Spitze in erwärmte, flüssige Schokolade tauchen. Mit Dekoblättern belegen.