

Banan-chokolademuffins med ahornsirup (Føtex)



(18 stk.)
2 mellemstore æg
1 1/2 dl sukker
1 dl ahornsirup
2 dl Engholm
yoghurt naturel
5 dl hvedemel
3 tsk. bagepulver
75 g smeltet smør
2 bananer
75 g Lindenberg mørk chokolade

Energi pr. stk. 828 kJ
= 200 kcal
Energifordeling
Protein 7 %
Kulhydrat 65 %
Fedt 28 %

Fremgangsmåde

Pisk æg, sukker og ahornsirup luftigt og skummende.

Rør yoghurt i æggemassen og vend dernæst sigtet hvedemel samt bagepulver i dejen.

Skær bananerne i små tern og hak chokoladen groft.

Rør smeltet afkølet smør, banan og chokolade i dejen og fordel den i 18 smurte muffins-forme.

Bag kagerne ca. 20 minutter ved 200°C.

Tips: Kagerne kan sagtens fryses.