



CUKKINIS-MÁKOS-CITROMOS MUFFIN

HOZZÁVALÓK

100 g zabpehelyliszt
150 g zabpehely
2 db tojás

1-2 ek olívaolaj
1 db citrom leve és
reszelt héja

1 tk sütőpor
15 g chia mag
2 dl tej
2 db banán

vaníliaőrlemény
1 csipet só
50 g darált mák
ALLERGÉNEK

- 1 A banánt, tojást, citromlevet, mákot, lisztet, olívaolajat és tejet botmixerrel egyesítjük.
- 2 Ezután mehet bele a többi hozzávaló alaposan elkeverve.
- 3 A tésztát muffinpapírba bélelt formába kanalazzuk.
- 4 180 fokon 20 perc alatt megsütjük.



Töltse le további receptjeinket
az auchan.hu/receptek oldalról!

