

Banánové muffiny

12 muffinů

Ingredience:

- 3 hodně zralé banány
- 125 ml rostlinného oleje
- 2 celá vejce
- 250 gramů polohrubé mouky
- 100 gramů krupicového cukru
- ½ čajové lžičky jedlé sody
- 1 čajová lžička prdopeče
- 150 gramů čokolády na kousky



Postup:

1. Troubu předehřejeme na 200 stupňů.
2. V jedné misce rozmačkáme banány na kaši.
3. Ve džbánu rozšleháme olej a vejce.
4. Do druhé mísy dáme mouku, cukr, sodu a prdopeč. Přilijeme rozšlehaný olej s vejci, vše smícháme, potom vmícháme rozmačkané banány a utřeme na hladké těsto.
5. Nakonec zlehka vmícháme čokoládu, hotovým těstem naplníme papírové košíčky.
6. Dáme na 20 minut do trouby.



© Napsala Lenka Černá
Kouč v oblasti osobního rozvoje
(práce, peníze, vztahy, zdraví)

Email: cerna@mindsoft.cz

www.mujuvztah.cz www.mamdepku.cz www.mujkouc.cz www.mezdravi.cz

Tento článek můžete využít pro své potřeby, pokud uvedete informace o autorovi, jeho email a odkaz na www stránky.