



KERSCHER
L A N D B Ä C K E R E I

- ✓ Ein mehr an Inhaltsstoffen wie Kalium, Magnesium und B-Vitaminen
- ✓ Mit Vollkornanteil
- ✓ Mit Obstanteil



Bananen- Muffin

Der sportliche Genuss als Zwischenmahlzeit

Zutaten für 12 Stück

2 Bananen, 3 Eier, 150g Butter
120g Zucker, 50g gem. Haselnüsse,
75g Weizenmehl Typ 405
75g Weizenvollkornmehl
1 Pack. Backpulver

Creme: 250ml Milch 1,5%
Pack. Vanillepuddingpulver
50g Quark, 50g Sahne

Butter, Zucker und Eier schaumig schlagen. Erst die zerdrückten Bananen, dann die Nüsse unterrühren. Mehl und Backpulver unterheben. Den Teig in die mit Papierförmchen ausgelegte Form geben. Muffins bei 160°C Umluft ca. 15-20 Min. backen.

Vanillepudding herstellen. Unter den abgekühlten Vanillepudding Quark und geschlagenen Sahne geben. Creme auf die abgekühlten Muffins spritzen. Mit frischen Früchten und frischer Minze garnieren.

Guten Appetit.

Lecker und gesund