



## Мъфини с лешници

### Съставки

- 3 ч.ч. пшеничено брашно
- 0.5 ч.ч. кисело мляко
- 0.5 ч.ч. лешници
- 2 яйца
- 0.5 ч.ч. захар
- 0.5 ч.ч. олио
- 1 ч.л. бакпулвер
- 1 пакет ванилия

### Указания

1. С помощта на миксер се разбиват яйцата и захарта. Прибавят се олио, кисело мляко и всичко се миксира. Брашното се пресява и заедно с бакпулвер и ванилия се добавят към разбитата с миксер смес и се омесва гладко тесто. При необходимост се добавя още брашно. Важно е тестото да е гъсто. Накрая се прибавят целите лешници.
2. Оформят се топчета, които се поставят в огнеупорни намаслени купички и мъфините се пекат при 180 градуса до готовност. Купичките не бива да се препълват, защото при печенето тестото ще увеличи обема си. Мъфините се проверяват с клечка за зъби - щом по нея не се полепва тесто, значи са готови.
3. Изваждат се от фурната и се оставят да се охладят. Могат да се поднесат разрязани или цели, а също и поръсени с пудра захар.

45 мин.

6 порции

Въглехидрати	71.87 g
Енергия	619.05 kcal
Мазнини	33.12 g
Протеин	15.14 g