



**fundacja
pomocy
psychologicznej**

Przepis był dla Ciebie pomocny?

Podziękuj i przekaż darowiznę na naszą fundację!
Pomóż nam wspierać osoby w kryzysie psychicznym.

FundacjaPsychologiczna.pl



Muffinki z jagodami bez cukru - przepis

Maślanka i jagody łączą się tutaj z cytrynową skórką, a płatki migdałowe tworzą wierzch babeczek. Mokre i suche składniki mieszamy tylko krótko. Wybieramy ksylitol; owoce i maślanka nadal zawierają naturalne cukry.

Porcje: 14 babeczek

Składniki

Ciasto

- 1³/₄ szklanki mąki tortowej
- ³/₄ łyżeczki proszku do pieczenia
- ³/₄ łyżeczki sody
- skórka z ¹/₂ cytryny
- ¹/₂ szklanki ksylitolu
- niecałe ¹/₂ szklanki oleju rzepakowego
- 1 szklanka maślanki
- 2 jajka rozmiaru M
- 1 pełna szklanka jagód, także mrożonych

Wierzch

- płatki migdałowe

Przygotowanie krok po kroku

Przygotowanie

1. Sparz cytrynę; zetrzyj skórkę z połowy owocu.
2. Przesiej mąkę z sodą i proszkiem. Wmieszaj skórkę i ksylitol, następnie jagody.
3. W drugim naczyniu połącz jajka, olej oraz maślanke.
4. Połącz zawartość naczyń łyżką, mieszając tylko do połączenia składników.
5. Wyłóż foremki papilotkami. Napelnij do około ³/₄ wysokości i posyp płatkami migdałowymi.
6. Piecz około 23 minuty w nagrzanym do 190°C piekarniku, z grzaniem góra–dół.

Uwagi

Uwaga: Nie mieszaj długo ani nie miksuj: babeczki mogą wyjść zbite i gumowe.

Źródło przepisu: <https://archiwum.przyslijprzepis.pl/przepis/muffinki-z-jagodami>