

INGREDIËNTEN

Voor zes muffins
150 gr bloem
90 ml melk
45 ml zonnebloemolie
40 gr bruine suiker
1 ei
7 gr bakpoeder
7 gr koek- en speculaaskruiden
18 stuks kruidnoten
een snufje zout

SINTERKLAASMUFFINS

Bevat per muffin: Kcal: 216 | Eiwit: 4,3 gr | Koolhydraten: 29,4 gr | Vet: 8,6 gr | Vezels: 0,8 gr

ZO MAAK JE HET

• Verwarm de oven voor op 200 graden.
• Meng in één kom alle natte ingrediënten (melk, zonnebloemolie en het eitje).
• Zeef de bloem en bakpoeder boven een andere kom en voeg daar ook de suiker, het zout en de kruiden aan toe.
• Doe de droge ingrediënten bij de natte ingrediënten in een kom en spatel alles met zo min mogelijk slagen door elkaar. Het beslag hoeft nier perse helemaal glad te zijn. Roer dus maximaal 10 tot 15 keer met de spatel.
• Doe zes muffinpapiertjes in een vorm en verdeel het beslag erover.
• Leg in elke muffin drie kruidnootjes.
• Bak de muffins 20 tot 25 minuten tot ze mooi bruin van kleur zijn.
• Laat de muffins afkoelen op een taartrooster of op het rooster van je magnetron. Op deze manier kunnen ze ook aan de onderkant hun warmte goed kwijt.

TIPS EN TRICKS

• Door het beslag niet helemaal glad te roeren krijg je juist die ‘rustieke’ uitstraling die bij een muffin hoort. Laat je dus niet verleiden om te lang te roeren.
• Door de bruine suiker worden de muffins iets donkerder van kleur. Maar als je het niet in huis hebt en niet wilt kopen kun je ook gerust gewone suiker gebruiken.
• Wij vonden de muffins zelf nog lekkerder toen ze een dag ‘oud’ waren. Je kunt ze dus gerust even van tevoren maken.