

detkityumen.ru

Маффины банановые



Где готовим?

Духовка

Ингредиенты:

банан - 2 спелых

кефир - 200 гр

изюм - 1/4-1/2 ст(по вкусу) - замена сахара

мука -200-300 гр

сода - 1/2 ч. л.

пряности - по вкусу(я добавляла корицу, льняные семена, кокосовую стружку)

Приготовление:

Приготовление:

Изюм размочить и измельчить в блендере. Туда же добавить порезанный банан, измельчить, перемешать.

Добавить смесь в кефир. Смешать муку с разрыхлителем.

Перемешать все ингредиенты, замесить тесто (немного гуще, чем на оладьи).

Выложить тесто в формочки для кексов.

Выпекать при температуре 180-200 градусов около 40 минут.

09.09.2015

[ribkawanda](#)

Адрес на сайте «Детки!» detkityumen.ru/recipe/262/