Haferflocken- Muffins

Zutaten für ca. 12 Muffins:

- 250 g kernige Haferlocken
- ½ Päckchen Backpulver
- 2 reife Bananen
- 250 ml Milch, 3,5 % Fett
- 80 ml Rapsöl
- Nach Belieben Trockenfrüchte oder Heidelbeeren

Zubereitung:

1. Zuerst die Bananen schälen und zusammen mit der Milch und dem Öl in einer Schüssel fein pürieren, bis eine cremige Masse entsteht.
2. Danach die Haferflocken mit dem Backpulver separat vermengen und anschließend unter die Bananenmischung rühren.
3. Zum Schluss kann man nach Belieben frische Heidelbeeren oder auch anderes Trockenobst vorsichtig unterrühren.
4. Den fertigen Teig nun in 12 Muffin-Papierförmchen füllen und bei 200 °C ca. 25 Minuten backen.

Guten Appetit.