



Desserten

Muffin met kiwi en banaan

Voor 12 personen.

Ingrediënten

2 bananen (rijp)
3 kiwi's (rijp)
250 gram suiker
500 gram bloem
1 eetlepel bakpoeder
1/2 theelepel baking soda
1/2 theelepel kaneelpoeder
190 gram Griekse yoghurt (of natuur yoghurt laag in vet)
6 eetlepels melk (mager)
3 eetlepels koolzaadolie (of andere plantaardige olie)
1 ei
1 theelepel vanille-extract
handvol walnoten (pecannoten zijn ook lekker)

Bereidingswijze

Verwarm de oven voor op 180°C. Neem een grote kom en mix de droge ingrediënten samen: bloem, suiker, zout, bakpoeder, baking soda en het kaneelpoeder. Zet dit even aan de kant.

Plet de bananen in een papje. In een andere kom meng de yoghurt, melk, olie, eieren, vanille en geplette banaan. Zorg dat alle ingrediënten goed gemengd zijn.

Voeg de natte ingrediënten bij de kom met droge ingrediënten en meng grondig tot alles goed met elkaar gecombineerd is. Zorg dat je zeker niet te veel mixt, klontertjes zijn oké.

Snij de kiwi voorzichtig in fijne blokjes en meng rustig onder het deeg. Hak de noten fijn en meng 4/5 van de noten ook rustig door het deeg.

Vul de muffinvormpjes met het deeg tot er nog zo'n halve centimeter van het vormpje zichtbaar is. Bestrooi de rest van de nootjes over de muffins en zet ze in de voorverwarmde oven gedurende 25 à 30 minuten. Prik rond 25 minuten even met een tandenstoker in de muffin om te kijken of ze gaar zijn. Zodra de tandenstoker er zonder deegresten uit komt, zijn ze gaar.

Haal ze uit de oven en laat ze 10 minuten afkoelen in de muffinpan. Haal ze uit de vormen en laat ze nog grondig afkoelen op een rek. Smakelijk!

