Joghurt-Preiselbeeren Muffins

Die Joghurt-Preiselbeeren Muffins sind eine kalorienarme Variante der beliebten kleinen Kuchen. Ein schnelles Backrezept für Diät Bewusste Naschkatzen.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 35 min

Gesamtzeit: 50 min



Zutaten

150 g	Preiselbeeren
2 EL	Zucker
75 g	Butter (weich)
1 Stk.	Ei
1 TL	Backpulver
0.25 TL	Zimtpulver
1 Prise	Salz
100 g	Naturjoghurts fettarm
100 ml	Milch
1 Stk.	Eigelb
1 Stk.	Muffinform

Zubereitung

1. Für die **Joghurt-Preiselbeeren Muffins** den Backofen auf 175 °C vorheizen und eine 12er-Muffinform mit Papierförmchen auslegen.

2. Die Preiselbeeren, Zucker und zwei Esslöffel Wasser in einen Topf geben, aufkochen und 2 Minuten köcheln lassen. Die Beeren In einem Sieb abtropfen lassen.

3. Die weiche Butter, Zucker und Ei in einer Schüssel cremig rühren, Mehl, Backpulver, Zimt und Salz dazu mischen. Abwechselnd Naturjoghurt und Milch unter die Masse heben. Die Preiselbeeren vorsichtig einrühren.

4. Den Teig in die Muffin Formen füllen und im vorgeheizten Backofen zirka 30-35 Minuten backen.

5. Das Eigelb mit Milch verrühren und die Oberfläche der Muffins 5 Minuten vor Backende damit bestreichen.

Tipp