



מתכון

מאפינס פירות

מאפינס פירות קליל, טעים ומלא בויטמינים!

אופן ההכנה



0דק'

סה"כ זמן הכנה

מצרכים:

- 2 ביצים
- 2 בננות בינוניות מעוכות
- 1 כוס חלב שקדים/ חלב רגיל
- 2 כוס שמן
- חופן אוכמניות
- 6 תותים בשלים מעוכים
- 2 כוס דייסת פירות של מטרנה
- 2 כוסות קמח כוסמין מלא/ קמח רגיל
- 2 כפית קינמון (לא חובה)
- 2 כפיות אבקת אפייה

אופן ההכנה:

מחממים תנור ל-180 מעלות.
מכינים עטרות נייר לקאפקייקס בתבנית.
בקערה גדולה טורפים את הביצים כדקה.
מוסיפים בננות, חלב ושמן, תוך כדי ערבוב.
מוסיפים את החומרים היבשים: קמח, דייסה, קינמון ואבקת אפייה.
טורפים עד שהבלילה כמעט אחידה.
מוסיפים את התותים והאוכמניות ומערבבים שוב קלות.
בעזרת כף גלידה קפיצית ממלאים כל כוס קאפקייק עד 2/3 מגובהה.
אופים כ-20-25 דקות או עד שקיסם הננעץ במרכז הקאפקייק יוצא עם פירורים לחים. המנעו מאפיית יתר שתגרום לקאפקייקס להיות יבשים.

לאפייה אחידה מומלץ לשובב את התבנית בתנור אחרי מחצית מזמן האפייה.
בתאבון!

קרדיט: אורדן

