

Banaanikuppikakut maapähkinäkuorrutteella



15 min. 231 kcal SteviaSweet Jauhe

Valmistus ilman sokeria

1. Laita uuni lämpenemään 200 °C.
2. Sekoita kananmunat, SteviaSweet Jauhe, rypsiöljy, jogurtti, soseutettu banaani ja sitruunakuoriraaste keskenään.
3. Lisää kuivat aineet joukkoon ja sekoita taikina varovasti tasaiseksi, älä vaivaa liikaa.
4. Jaa taikina muffinipellin voideltuihin syvennyksiin tai kartonkisiin muffinivuokiin.
5. Paista uunin keskitasolla 15–18 minuuttia. Sekoita rahka, maapähkinävoi ja SteviaSweet Jauhe tasaiseksi. Levitä kuorrus rennosti muffinssien pintaan.

Ainekset 12 annosta

2	kananmunaa
1 dl	SteviaSweet Jauhe
2 dl	rypsiöljyä
2 dl	rasvatonta jogurttia
150 g	kypsä banaani soseutettuna
1/2	sitruunan kuori raastettuna
3 dl	vehnä jauhoja
1 dl	kaurahiutaleita
1 1/2 tl	ruokasoodaa
1/4 tl	suolaa

Kuorrutus

100 g	maitorahkaa
100 g	maapähkinävoita
1 rkl	SteviaSweet Jauhe

Ravintoarvot per annos

231	kcal
970	kJ
7	Proteiinia g
18.5	Hiilihydraatit g
14	Rasvaa g