Owsiane muffinki śniadaniowe

Agnieszka Strużyna

Polecane na: **desery, lunchbox, przystawki i przekąski, śniadanie**

Kuchnia (region): **arabska**

Warto wiedzieć:

25 min | łatwy | 10 porcji

Składniki:

- Płatki owsiane - 2 szklanka
- Banany - 2 szt.
- Miód - 2 łyżka
- Cynamon - 1 łyżeczka
- Sól - 1 szczypta

Sposób przygotowania:

KROK 1: Banany ugniatamy widelcem na jednolitą masę. Dodajemy do nich miód i wszystko mieszamy.

KROK 2: W drugiej misce mieszamy płatki owsiane z cynamonem i solą.

KROK 3: Do płatków dolewamy mieszankę bananowo-miodową i wszystko energicznie mieszamy.

KROK 4: Masę przekładamy do wysmarowanej tłuszczem blachy na muffinki (blacha z 12 małymi zagłębieniami). w każdym zagłębieniu tworzymy "miseczkę" z masy (nakładamy trochę masy do środka, ugniatamy palcami, tak, by obrzeża babeczki były wyżej niż środek). Postarajmy się jednak by ścianki i dno babeczki nie były za cienkie.

KROK 5: Pieczemy babeczki w piekarniku rozgrzanym do 180 stopni przez około 10-15 min (aż zrobią się złocisto brązowe)

KROK 6: Po wyjęciu babeczek z piekarnika, gdy ostygną, możemy wypełnić je jakim tylko chcemy środkiem (np. jogurtem, dżemem itp.) i podawać jako przekąskę lub śniadanie.