

HAVRE MUFFINS M/ROSINER

CA. 100 STK



Ingredienser:

1875 g Reform hvedemel
750 g Grahamsmel
1250 g Smør
1500 g Havregryn
5 tsk. Salt
5 spsk. Natron
500 g Rosiner
1250 g Brun farin
1250 g Sukker
25 æg, pastauseret
6 dl Kærnemælk
Salften af 4 citroner

Fremgangsmåde:

- Smelt smørret.
- Sigt hvedemel og natron sammen, tilsæt grahamsmel, havregryn og salt.
- Bland rosiner og begge slagssukker sammen med de øvrige tørre ingredienser.
- Pisk pastauseret æg, kærnemælk, citronsaft og det smeltede smør let sammen.
- Hæld blandingen ned til de tørrede ingredienser og rør dejen let sammen
- Dejen må gerne være ujævn.
- Fordel dejen i 100 muffinsforme penslet med oli, og drys med havregryn.
- Drys evt. med lidt havregryn på toppen.
- Baged i 15-18 min. ved ca. 180 C

INFO BOX

Havregryn kan ændres til 5 gryn, som bland andet indeholder speltflager og ruggryn.

PRODUKTDATA

Her kan du se de produkter fra Cerealia Foodservice, som er anvendt i denne opskrift.
Find flere opskrifter og få inspiration til bage på www.cerealiafoodservice.dk



Reform Hvedemel

Varenr. 140528 1 x 10 kg



Ingredienser: Hvedemel, melbehandlingsmiddel E300 ascorbinsyre.

Næringsindhold:

Energi KJ	1400 KJ
Energi kcal	350 kcal
Protein	12 g
Kulhydrat	68 g
Fedt	1,5 g
Kostfibre	3,5 g



Grahamsmel

Varenr. 140506 1 x 20 kg



Ingredienser: Fintmalet hvede med alle skaldele.

Næringsindhold:

Energi KJ	1320 KJ
Energi kcal	310 kcal
Protein	10 g
Kulhydrat	62 g
Fedt	2,5 g
Kostfibre	12 g



Havregryn

Varenr. 140224 1 x 10 kg

Ingredienser: Finvalset havregryn.

Næringsindhold:

Energi KJ	1430 KJ
Energi Kcal	340 Kcal
Protein	13 g
Kulhydrat	15 g
Fedt	7 g
Kostfibre	10 g



5 - Gryn, Økologisk

Varenr. 101666 10 x 1 kg



Ingredienser: Økologiske havregryn 80 %, økologiske hvedeflager 5 %, økologiske speltflager 5 %, økologiske rugflager 5 %, økologiske bygflager 5 %.

Næringsindhold:

Energi KJ	1450 KJ
Energi kcal	350 kcal
Protein	13 g
Kulhydrat	58 g
Fedt	6,5 g
Kostfibre	10 g