



## Muffins

200 g. Mandler  
100 g. Hørfrø  
1 stk. Moden pærer, banan eller 1 dl. Æblemos  
1 stk. Fint revet gulerod  
½ tsk. Bagepulver  
1 stk. Æg  
1 knsp. Salt.

Til ca. 16 stk.

Mandler og hørfrø blendes, de øvrige ingredienser kommer i, dejen kommer i forme, og bages ved 200 grader i 12 – 16 minutter.

Velbekomme  
*Helle Juul*

Dejlig kage.  
Som kan spises med frugt og grønt til mellemmåltider.

