

Бананов Веган Мъфин с шоколад Callebaut NXT M_Ik

Рецепта за 12 броя



Преди да започнеш, премери точно всички съставки и се увери, че са със стайна температура.



Температура на печене
165 °C в конвекторна фурна
190 °C в стандартна фурна



Време на печене
19 минути



Рецепта за
12 кексчета

Хранителна стойност за
100 g продукт: **Енергийна
стойност 1040.3 kJ/248.6
kCal. Мазнини: 12.0
g**, от които наситени
мастни киселини 1.2 g.
Въглехидрати: 30.2 g,
от които захари 14.9 g.
Белтъци: 4.8 g. Сол: 0.2 g.

Хранителната стойност е
изчислена спрямо съставките,
използвани в пекарните на
Take a Cake. Стойностите могат
да варират в зависимост от
съставките, които използваш.

Съставки

За тестото

250 г банани
70 г бадемово мляко
60 г рапично олио
15 мл оцет
2.5 мл ванилова есенция
80 г бяло пшенично брашно
100 г пълнозърнесто пшенично
брашно
100 г пудра захар
3 г бакпулвер
5 г сода бикарбонат
1 г сол
70 г фини овесени ядки
40 г ядки пекан, нарязани на едро
100 г шоколад на калети Callebaut
NXT
M_Ik

За декорацията

40 г шоколад на калети Callebaut
NXT
M_Ik
12 бр. ядки пекан

Начин на приготвяне

1 В дълбока купа намачкай
бананите с вилица, докато станат
на пюре.

2 Добави всички течни съставки
(бадемово мляко, рапично олио,
оцет, ванилова есенция) и бъркай,
докато сместа стане еднородна.

3 В отделна купа пресей двата
вида брашно, пудрата захар,
бакпулвера, содата и солта. Добави
овесените ядки към тях и зарбъркай.

4 Добави течните към сухите
съставки и разбъркай добре с
телена бъркалка докато се смесят.

5 Накрая добави шоколадовите
калети и ядките и разбъркай
докаго се смесят с тестото.

6 Дозирай полученото тесто в 12-те
подредени в тава за кексчета
хартиени формички и бързо ги сложи
на средно ниво в предварително
загрятата фурна.

7 След като времето за печене
изтече, извади готовите кексчета
от фурната и внимателно ги пренеси
от тавата за кексчета на решетка,
върху която да изстинат напълно.
Това е важно, защото ако ги оставиш
в тавата, хартийките ще се овлажнят и
кексчетата ще станат глетави.

8 След като изстинат, декорирай с
разтопен шоколад Callebaut NXT
M_Ik и ядка пекан.

