

## Muffins, pandekager eller frugtkage

(ca. 16 stk. muffins, 1 springform eller 16-20 små tykke pandekager)

100 g smør  
100 g sukker  
3 æg  
1 brev vanillearoma eller 1 tsk. Vanilleessens  
Reven skal af 1 ubehandlet citron  
150 g fromage frais eller blanc  
250 g hvedemel  
2 tsk bagepulver  
2 æbler, pærer, ferskner, nektariner eller et par skiver frisk ananas i små tern eller 150 g blåbær  
Evt. 50 g hasselnødder- eller mandelflager

Rør smør og sukker blødt  
Pisk æggene i – 1 ad gangen  
Dernæst vanille, citronskal og fromage frais  
Sigt hvedemel og bagepulver i dejen og rør den hurtigt sammen med frugten  
Kom dejen i muffinsforme eller en smurt springform  
Drys evt. med hasselnød- eller mandelflager

Bages ved 175° (varmluft 150°)  
Muffins ca. 20 min.  
Springform ca. 30 min.

## Pandekager

Samme dej som ovenstående, men tilsæt mælk, så dejen bliver tyndere. Der bliver 16-20 små tykke blinis pandekager ud af dejen.  
Gode til brunch, eftermiddagskaffen og madpakken.

## Sund Banan-Chokoladecake

1 lille bradepande / 1 stor springform eller 18 muffins)

2 store æg  
1½ dl sukker  
1 dl lys ahornsirup  
2 dl yoghurt naturel  
5 dl hvedemel  
1 spsk bagepulver  
75 g smeltet smør  
2 bananer eller 250 gr ananas i små tern  
Ca. 60 gr mørk chokolade

Pisk æg, sukker og ahornsirup luftigt og skummende  
Rør yoghurt i æggemassen og vend dernæst sigtet bagepulver og mel i dejen  
Skær bananer i små tern  
Rør smeltet smør, banan og chokolade i dejen og fordel den i ca. 18 muffinsforme eller hæld den i en smurt bradepande/springform.

Bages ved 200° (varmluft 180°)  
Brandepande/springform ca. 30 min.  
Muffins ca. 20 min.