



Díjnyertes Muffin receptek

A debreceni
Gyermekehmatológiai-
onkológiai Tanszéken
kezelt gyerekek kedvencei



Leukémiás Gyermekekért
Alapítvány

Tudjuk, mi kell egy mosolyhoz.

Stellacsoda I. (Gumimacis muffin)



Nehézségi fok: ☺☺

Elkészítési idő: 40 perc

Készítette: Bobkó Stella
és csapata

Hozzávalók:

- 25 dkg liszt
- 1 tk sütőpor
- 1 tk szódabikarbóna
- 1 db tojás
- 12,5 dkg cukor
- 1 cs. vanilincukor
- 0,8 dl étolaj
- 2,5 dl kefir
- 10 dkg csokoládé
- ízesítésnek tetszés szerint gumicukor, zselécukor, meggy, dió, mák stb.

Elkészítés:

A tojást, a cukrot és a vanilincukrot robotgéppel habosra keverjük, majd belekeverjük az étolajat, a kefir és a sütőporral, szódabikarbónával elkevert lisztet.

A tésztát papírral bélelt muffinformába kanalazzuk, majd kb. 20 perc alatt, 175 °C-on szép pirosra sütjük.

A tetejét ízlés szerint díszítjük: ezúttal kék ételfestékkel színezett tejszínhab és szivárványos gumicukor lap került a muffinok tetejére.

Stellacsoda II. (...muffin)



Nehézségi fok: ☺☺☺

Elkészítési idő: 45 perc

Készítette: Bobkó Stella
és csapata

Hozzávalók:

- 15 dkg marcipánmassza (fehér)
- 10 dkg cukor
- 10 dkg vaj
- 1 kk keserűmandula aroma
- 2 db tojás
- 1 citrom héja
- 15 dkg finomliszt
- 1 kk sütőpor
- 1 csipet só
- 0,5 dl tej
- A mázhoz:
 - 10 dkg fehércsokoládé,
 - 5 dkg vaj,
 - 1 dl tejszín
- A díszítéshez:
 - 3 dkg vékonyra szeletelt mandula, pirítva,
 - 6 szem koktélcseresznye

Elkészítés:

A puha vajat, a cukrot és a keserűmandula aromát habosra keverjük, majd hozzáadjuk a tojásokat. A reszelő nagy lyukú oldalán belereszeljük a marcipánt, a kislyukú oldalán a citromhéjat. Hozzáadjuk a sütőporral, sóval elkevert lisztet, és a tejjel szép simára dolgozzuk.

Muffintepsibe tesszük, 175 °C-ra előmelegített sütőben 25 perc alatt pirosra sütjük. Amíg a tészta sül, elkészítjük a mázat: a fehércsokit apróra törjük, gőz fölött összeolvasztjuk a tejszínnel és a vajjal. Langyosra hűtjük, utána mélyhűtőbe tesszük 10-15 percre.

A muffinok tetejét levágjuk, hogy sima legyen, majd a mázat robotgéppel átkavarjuk. A muffinokat ezzel a mázzal díszítjük, mindegyik tetejére vágott, pirított mandulát és egy fél koktélcseresznyt teszünk.

I. helyezett Legfinomabb muffin

Őszibarackos kakaós muffin



Nehézségi fok: ☺

Elkészítési idő: 30 perc

Készítette: Boróczki Dávid

Hozzávalók:

- 15 dkg liszt
- 1/2 cs. sütőpor
- 5 dkg kakaópor
- kevés durvára vágott dió (ez el is hagyható)
- 15 dkg vaj
- 15 dkg cukor
- 2 db tojás
- 1 dl tejszín
- kb. 15 dkg kockára vágott őszibarack (befőtt is jó, vagy sárgabarack)

Elkészítés:

Összekeverjük a lisztet a sütőporral, a kakaóporral és a dióval. A vajat és a cukrot habosra kikeverjük, majd egyenként a tojásokat és végül a tejszínt is belekeverjük. A kettőt összevegyítjük, és óvatosan belekeverjük a barackot.

Kivajazott muffinformába tesszük (csak 3/4-ig érjen). 170°C-ra előmelegített sütőben 20-25 percig sütjük. Ez a muffin langyosan porcukorral megszórva a legfinomabb.

Muffinország I. – Almás-lekváros muffin



Nehézségi fok: ☺☺

Elkészítési idő: 35 perc

Készítette: Gyerkőcök csapata
és Baracsi Marcsi doktornéni

Hozzávalók:

- 10 dkg margarin
- 6-7 ek cukor
- 2 tojás
- csipet sütőpor
- 20 dkg liszt
- 1,5 dl tej
- lekvár
- alma

Elkészítés:

A vaját a tojással és cukorral jól összekavarjuk, majd hozzáadjuk a lisztet és a sütőport. Végül hozzáadjuk a tejet, ezt még egyszer összekavarjuk –kész is a tészta.

A kivajazott muffin formát negyedig töltjük tésztával, erre kerül a lekvár, tetszés szerint, majd a többi tészta, s végül egy-egy karika almát rakunk minden muffin tetejére vagy a középebe. Előmelegített sütőben, 180 °C-on, kb. 20-25 perc alatt átsül.

Muffinország I. – Csokoládés muffin



Nehézségi fok: ☺☺

Elkészítési idő: 30 perc

Készítette: Gyerkőcök csapata
és Baracsi Marcsi doktornéni

Hozzávalók:

- 10 dkg étcsoki
- 10 dkg vaj
- 2 tojás
- 15 dkg cukor
- 10 dkg narancsdzsem
- 3 ek friss narancslé
- 1 tk sütőpor
- 15 dkg liszt

Elkészítés:

Gőz fölött megolvasztjuk az apróra tört étcsokit és a kockára vágott vaját, majd langyosra hűtjük.

Elektromos kézi habverővel habosra keverjük a tojásokat a cukorral, majd fakanállal belekeverjük a narancsdzsemet, az átszűrt narancslevet és a langyos, vajas csokit.

A sütőporral elkevert lisztet gyors mozdulatokkal hozzákeverjük a tésztához.

A tésztát vajjal kikent vagy papírral bélelt muffinsütő formába töltjük, 175°C-ra előmelegített sütőben kb. 25 perc alatt készre sütjük.

Sonkás-sajtos álom



Nehézségi fok: ☺

Elkészítési idő: 35 perc

Készítette: Gyerkőcök csapata
és Ácsné Engi Móni

Hozzávalók:

- 3 tojás
- 20 dkg sajt
- 20 dkg sonka
- 2.5 dl tej
- 20 dkg liszt
- 1 cs sütőpor
- só

Elkészítés:

A sajtot lereszeljük, a sonkát kis kockákra vágjuk, majd a tojásokat, a tejet, a sütőporral elkevert lisztet is egymás után a tésztához keverjük. A végén ízlés szerint sózzuk.

Muffinpapírral bélelt muffinsütő formába töltjük a tésztát, majd 160°C-on, 20-25 percig sütjük.

A kész muffint élénk színű zöldekkel díszíthetjük, pl. paradicsomszeletekkel, esetleg Piros Arany-pöttyel.

I. helyezett Legszebb muffin



Nehézségi fok: ☺

Elkészítési idő: 30 perc

Készítette: Kiss Dávid

Hozzávalók:

- 3 tojás
- 1 doboz natúr joghurt
- 1,2 dl olaj
- 20 dkg nádcukor (világos)
- 1 cs. vanília cukor
- 10 dkg csokoládé
- 30 dkg liszt
- 2 ek kakaópor
- 2 kk sütőpor
- 1 kk szódabikarbóna

Elkészítés:

A lisztet elkeverjük a sütőporral, a szódabikarbónával és a kakaóporral. Ehhez adjuk a tojásokat, a joghurtot, az étolajat, a nádcukrot és a vanília cukrot, valamint 10 dkg csokoládét apróra tördelve.

A kész masszát muffinpapírral bélelt muffinsütő formába adagoljuk, majd előmelegített sütőben, 175°C-on, tűpróbáig sütjük.

Málnahab (fehércsokis málnás muffin)



Nehézségi fok: 😊😊

Elkészítési idő: 30 perc

Készítette: Koszta Kristóf

Hozzávalók:

- egy fél Rama kocka /125 gr/
- 10 dkg fehér csokoládé
- 1 cs sütőpor
- 1 csipet só
- 30 dkg málna
- 30 dkg liszt
- 2.5 dl tej
- 10 dkg kristálycukor
- 2 tojás

Elkészítés:

Egy tálban összekeverjük a lisztet, a sót és a sütőport. Egy másik tálban pedig habosra keverjük a tojásokat a cukorral, a tejjel és a megolvasztott rájával.

Ehhez a masszához hozzáadjuk a lisztkeveréket, majd a pici darabokra tört fehér csokit, végül belevegyítjük a málnát. (Kevés málnaszemet félreteszünk a díszítéshez.) Fakanál segítségével néhány szem málnát belenyomkodunk a tésztába, míg a többi málnaszemet óvatosan keverjük hozzá.

A kikavart tésztát ezt követően a muffin papírral kibéltetett sütőformában elosztjuk, és mindegyik tetejére teszünk egy-egy málnát. 180°C-os sütőben 20-25 perc alatt készre sütjük, majd tetszőlegesen díszítjük.

I. helyezett Legegészségesebb muffin

Extra kókusz



Nehézségi fok: 😊😊

Elkészítési idő: 30 perc

Készítette: Kovács Niki

Hozzávalók:

- 10 dkg kókuszreszelék
- 3/4 pohár (2 dl-es) liszt
- 1/2 pohár cukor
- 1/4 pohár étolaj
- 1 pohár tej
- 1 cs sütőpor
- 2 tojás

Elkészítés:

A tejet megmelegítjük, belerakjuk a kókuszreszeléket.

Egy tálban összekeverjük a lisztet, a sütőport és a cukrot. Egy másik edényben felferjük a tojások fehérjét, majd hozzákavarjuk a sárgákat és az olajat is. A kókuszos tejet hozzáadjuk a lisztes keverékhez, összekeverjük és beleforgatjuk a tojáshabot.

Muffin formába töltjük 3/4 részig és kb. 20 percig sütjük. Díszítésként a megsült muffinok tetejére lehet rakni pici olvasztott étcsokit és meghinthetjük kókuszreszelékkel.

Csokis-banános muffin



Nehézségi fok: 😊

Elkészítési idő: 30 perc

Készítette: Kurdics Tilla

Hozzávalók:

- 25 dkg liszt
- 5 dkg barna cukor
- 10 dkg vaj
- 10 dkg tejszokoládé
- 1 tojás
- 2 kk sütőpor
- 1 1 / 2 kk szóda bikarbóna
- 1 csipet só
- 1 kk fahéj
- 1 banán

Elkészítés:

A lisztet elkeverjük a sütőporral, a szóda bikarbónával, a barna cukorral, a fahéjjal és egy csipet sóval.

Egy másik tálban összedolgozzuk a tojást, a vajat, a felkarikázott banánt, valamint az apróra darabolt tejszokoládét. Ezt a masszát elkeverjük a liszttel, majd muffinpapírral bélelt muffinsütő formába töltjük.

Előmelegített sütőben, 175°C-on, 20 percig sütjük.

Áfonyás csokis finomság



Nehézségi fok: ☺

Elkészítési idő: 30 perc

Készítette: Miholecz Mariann

Hozzávalók:

- 10 dkg aszalt vörös áfonya
- 25 dkg liszt
- 1 ek fahéj
- 1 kk szódabikarbóna
- 1 kk sütőpor
- 2 tojás
- 7 dkg gyümölcscukor
- 0,7 dl repce étolaj
- 2 dl kefir

Elkészítés:

A lisztet elkeverjük a sütőporral, a fahéjjal és a szódabikarbónával. Az olajat elkeverjük a cukorral, a tojással, majd hozzáadjuk a kefir. A tojásos masszához kis adagokban hozzáadjuk a lisztes keveréket, végül az áfonyát.

A tésztát a papírral bélelt muffinsütő formába töltjük, és előmelegített sütőben kb. 20 perc alatt készre sütjük.

A megsült muffinokat hagyjuk kihűlni, ezután kivesszük a formákból.

Nyuszi muffin



Nehézségi fok: ☺

Elkészítési idő: muffinsütés
+10 perc

Készítette: Molnár Kata

Hozzávalók:

- a kedvenc muffinunk hozzávalói
- 1 tojás fehérje
- kókuszreszelék
- franciadrazsé
- pillecukorka
- dekor cukorka, cukormáz vagy cukordara

Elkészítés:

Elkészítjük a család kedvenc muffinját.

A tojás fehérjét kemény habbá verjük, és mindegyik muffinra tegyünk egy kanálnyi. Szórjuk meg alaposan kókuszreszelékkel –ez lesz a nyuszi feje.

Franciadrazséból csinálhatunk szemet és orrot a muffin-nyusziknak, pillecukorból pedig a fülét, amit bele-márthatunk dekorcukorba is. A nyuszi pofiját lehet pillecukorból vagy franciadrazséból is készíteni. A bajuszhoz színes cukormáz vagy cukordarát használhatunk.

„Zsékategória” (Portói boros muffin)



Nehézségi fok: ☺☺☺

Elkészítési idő: 40 perc

Készítette: A Tanszék orvosai

Hozzávalók:

- 1 dl + 6 ek édes portói bor
- 5 dkg mogyoró
- 20 dkg étcsokoládé
- 12 dkg finomliszt
- 1 kk sütőpor
- 1 csipet só
- 10 dkg puha vaj
- 12 dkg cukor
- 3 tojás
- 1 ek neszkávé

Elkészítés:

A mogyorót száraz serpenyőben, kevergetve megpirítjuk, majd finomra őröljük. A portói bort 2-3 perc alatt nagy lángon beforraljuk és kihűtjük. A csokit apróra törjük, és a beforralt portóival együtt gőz fölött megolvasztjuk, majd kihűtjük. A puha vajat és a cukrot robotgéppel 1-2 perc alatt összedolgozzuk, a tojássárgájákat egyenként hozzákeverjük. A neszkávét feloldjuk 1 dl meleg vízben, és a megolvasztott, portói boros csokival együtt beledolgozzuk a masszába.

A lisztet összevegyítjük a sütőporral, a sóval és az őrölt mogyoróval. A tojásfehérjéből kemény habot verünk, majd lágyan hozzáforgatjuk az alapmasszához, és 2-3 részletben hozzáadjuk a mogyorós-sütőporos lisztet is. A tésztát papírral bélelt muffintepsiben, 175°C -ra előmelegített sütőben, 20-25 perc alatt megsütjük. Sütés után, a még angyos muffinokat több helyen finoman megszurkáljuk hústűvel, és meglocsoljuk 1-1 evőkanál portói borral.

II. helyezett Legfinomabb muffin

„A Muffin” (Narancsos dara muffin)



Nehézségi fok: ☺

Elkészítési idő: 30 perc

Készítette: Szegedi Panna és
Szegedi adjunktus úr

Hozzávalók:

- 15 dkg vaj
- 5 dkg liszt
- 3 dl tej
- 1 cs. vanília cukor
- 15 dkg búzadara
- szeletelt mandula
- 2 tojás
- 15 dkg cukor
- 2 kk sütőpor
- 1 kk szódabikarbóna
- 10 dkg cukrozott narancshéj
- 1 narancs reszelt héja és leve

Elkészítés:

A tejet a vanília cukorral és vajjal felforraljuk, hozzáadjuk a búzadarát. A tűzről levéve 20-25 percig dagadni hagyjuk.

A tojásokat a cukorral habosra keverjük, majd hozzáadjuk a búzadarát, égül a sütőporral elkevert lisztet, végül az apró cukrozott narancsot, narancshéjat.

A masszát a vajjal, liszttel kikent formába töltöm, 180°C-ra előmelegített sütőben, 25 percig sütjük. 10 perc sütés után a muffinokat meg lehet szórni mandulával.

Hanna-manna (Málnás-mascarponés muffin)



Nehézségi fok: ☺ ☺

Elkészítési idő: 40 perc

Készítette: Szilágyi Kriszti

Hozzávalók:

- 30dkg finomliszt
- 2 csipet só
- 2 teáskanál sütőpor
- 1 teáskanál szódabikarbóna
- 30 dkg málna
- 2 tojás
- 18 dkg sütőcukor
- 0,9 dl olaj
- 20 dkg mascarpone
- 2 dl joghurt
- 20 dkg mascarpone
- 5 dkg porcukor
- színes gyöngyök
- margarin a forma kikenéséhez

Elkészítés:

Egy tálban elkeverjük a lisztet, a sütőport, a szóda-bikarbónát és a sót. A málnából félreteszünk egy evőkanállal, a többit a liszthez keverjük. Egy másik tálban habosra felfeverjük a tojást a cukorral és az olajjal. Hozzákeverjük a mascarponét és a joghurtot (lehet gyümölcsjoghurt is), majd beleforgatjuk a lisztes keverékbe.

A süttőt 180°C-ra előmelegítjük, a muffinforma mélyedéseit kikenjük margarinnal, majd papírformákat teszünk bele. A tésztát a sütőforma mélyedéseibe töltjük, 2/3ig. Kb. 25 percig sütjük.

A díszítéshez a mascarponét és a porcukrot simára keverjük. A félretett málnát egy szűrőn átpasszírozzuk. Az így kapott pürével megszínezzük a cukros mascarponét. Megkenjük vele a muffin tetejét, és színes cukorgyöngyökkel megszórjuk.

Dorina csodái I. (Búvár túrós muffin)



Nehézségi fok: ☺☺

Elkészítési idő: 30 perc

Készítette: Ungvári Dorina

Hozzávalók 24 db-hoz:

- 20 dkg cukor
- 1 tojás
- 1,5 dl olaj
- 2 cs vaníliás cukor
- 35 dkg liszt
- 2 ek kakaópor
- 5 dl kefir
- 1 tk szódabikarbóna

Töltelék:

- 50 dkg túró
- 8 kk cukor
- reszelt citromhéj
- 10 dkg mazsola
- 2 tojás
- 1 cs vaníliás cukor
- 12 dkg olvasztott vaj

Elkészítés:

A cukrot és a vaníliás cukrot, a tojást, az olajat, a szóda-bikarbónás lisztet, a kakaóport és a kefir összekeverjük és $\frac{3}{4}$ részig töltjük a papírral bélelt muffinformákat.

A túró-töltelékhez összekeverjük a túró, a cukrokat, a citromhéjat, a mazsolát (el is hagyható), a tojásokat és az olvasztott vajat. Kis halmokat teszünk ebből a tészta közepére, s az előmelegített sütőben aranybarnára sütjük.

A túró sütés közben belemerül a tésztába, erről kapta a nevét!

I. helyezett Legomlósabb muffin

Dorina csodái I. (Répás muffin)



Nehézségi fok: 😊

Elkészítési idő: 25 perc

Készítette: Ungvári Dorina

Hozzávalók:

- 1,5 csésze (2,5ml) porcukor
- 1 csésze olaj
- 3 tojás
- 2 csésze rétesliszt
- 1,5 tk őrölt fahéj
- 1 tk szódabikarbóna
- 1 cs vaníliás cukor
- pici só
- ¼ tk őrölt szerecsendió
- 2 csésze reszelt sárgarépa
- 1 csésze reszelt alma
- 1 csésze apróra vágott dió

Citrommáz:

- ½ citrom leve
- 10 dkg porcukor

Elkészítés:

A tészta hozzávalóit mind egy nagy tálba öntjük és robotgéppel alaposan összekeverjük. Előmelegített sütőben, muffinpapírral bélelt muffintepsiben aranybarnára sütjük.

A citrommázhoz a fél citrom levét robotgéppel elkeverem a 10 dkg porcukorral, ezzel díszítem a muffinokat.