

# Francuskie śniadaniowe

# bułeczki

Domowe bułeczki z cynamonem są idealnym słodkim śniadaniem.

---

## SKALA TRUDNOŚCI:

Łatwe

## CZAS PRZYGOTOWANIA:

40 minut

## LICZBA PORCJI:

12 bułeczek

---

## SKŁADNIKI:

70 g masła  
200 g cukru  
1 jajko  
190 g mąki  
1 i 1/2 łyżeczki proszku do pieczenia  
1/2 łyżeczki soli  
1/4 łyżeczki gałki muszkatołowej  
1/2 szklanki mleka  
1 łyżeczka cynamonu  
6 łyżek masła, roztopionego

## PRZYGOTOWANIE:

1) Utrzeć masło ze 100 g cukru i jajkiem. Wymieszać mąkę z proszkiem do pieczenia, solą i gałką muszkatołową. Dodawać po trochu do ucieranej masy, na zmianę z mlekiem.

2) Napełnić ciastem natłuszczone foremki do muffinek do 2/3 wysokości. Piec 20 minut w temperaturze 180°C. Ostudzić. Wyjąć z foremek.

3) Wymieszać cynamon z resztą cukru. Posmarować bułeczki masłem, posypać cynamonem z cukrem.

### **WARTOŚCI ODŻYWCZE:**

1 bułeczka zawiera: 234 kcal, 12 g tłuszczów (w tym 5 g NKT), 34 mg cholesterolu, 217 mg sodu, 29 g węglowodanów, 1 g błonnika, 3 g białka