

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