

Rabarbermuffins



Met amandelen

Ingrediënten voor circa 12 muffins:

- 250 gram rabarber
- 350 gram (spelt)bloem
- 2 theelepels wijnsteenbakpoeder
- 50 gram witte amandelen
- 120 gram zachte boter
- 180 gram oerzoet
- 3 eieren
- 2 dl. melk
- ½ vanillestokje
- Mespuntje zout

Bereiding:

1. De oven voorverwarmen op 180-200°C.
2. Een muffinbakblik bekleden met papieren muffinvormpjes.
3. Rabarberstengels in dunne plakjes snijden.
4. Amandelen fijnhakken.
5. Het merg (zaadjes) uit het vanillestokje schrapen.
6. Meel, amandelen, zout, bakpoeder en vanille met elkaar vermengen.
7. Boter en oerzoet samen luchtig kloppen en één voor één de eieren door het beslag mixen.
8. Melk en meelmengsel door het eierbotermengsel scheppen.
9. Tot slot de rauwe rabarber door het beslag scheppen.
10. Het beslag over de vormpjes verdelen.

11. De bakplaat net onder het midden van de oven plaatsen en de muffins in 25-30 minuten gaarbakken.
12. Af laten koelen.

Wijnsteenbakpoeder

Wijnsteenbakpoeder wordt gebruikt als rijsmiddel in koek en gebak, het bestaat uit 3 ingrediënten:

Natriumbicarbonaat (ook wel zuiveringszout of dubbelkoolzure soda genoemd) wordt gewonnen uit steenzout. Wanneer het in contact komt met vocht wordt er koolzuurgas gevormd. Bij verwarming zet dit koolzuurgas uit, hierdoor gaat het deeg of beslag rijzen. Koolzuur verdwijnt tijdens het bakken.

Wijsteenzuur zet zich als kristallen af op de vaten waarin wijn rijpt. Na het bottelen van de wijn wordt dit zure 'afvalproduct' verwijderd. Dit zuur zorgt er voor dat de smaak van natriumbicarbonaat geneutraliseerd wordt.

Maiszetmeel wordt toegevoegd om voorkomen dat het natriumbicarbonaat vochtig wordt voor gebruik.

Zelfrijzend bakmeel is een samenstelling van tarwebloem en bakpoeder in de verhouding 250 gram meel op 10 gram bakpoeder.

Dit recept komt van www.naturkost.de en is bewerkt door Voedwel, Ineke Fienieg, *natuurvoedingskundige*: www.voedwel.nl

Recept: 1415
Gebak
Seizoen: lente