

**Lunsj: Sunne Muffins**

****

-200 g finmalt havre (lettkokt)

-2 ss fin sammalt mel

-1 1/5 dl cottage chese

-2 dl lettmelk

-2,5- 3 ts stevia

-2 ss juice

-1 krm salt

-2 1/2 ts bakepulver

-2 egg

-3 ss olje

-200 g bringebær

Finmal havregrynene i kjøkkenmaskinen. Bløtlegg disse i melken i ca 30 min.

Bland mel, bakepulver og salt i en bolle.

Bland egg og cottage chese og visp dette sammen. Hell oppi  havren og melken.

Bland steviaen i juicen (kan også blandes med det tørre om du ikke har juice!)

Hell steviaen og juicen i eggeblandingen - bland tilslutt i det tørre til røren er jevn.

Vend inn bringebærene. Bruk skjeer og fyll i muffinsformer.

Stekes i forvarmet ovn på 180 grader i  ca 25 minutter.

**La muffinsene hvile litt i muffinspannen før de avkjøles videre på rist.**