

# Muggkaka i mikron

Mumsigt mellis!

① Jag smälter smöret i mikron. Det tar bara 30 sekunder.

② Och jag river äpplet.

③ Dags att blanda alltihop; äpple, fiberhavregryn, bakpulver, kanel, socker, ägg och smält smör. Rör ihop till en slät smet.

④ Smörj muggarna med smör innan smeten hälls i.

⑤ Grädda i mikron 2½–3 minuter.

⑥ Stjälp upp kakorna, låt svalna och toppa med yoghurt, hackade nötter och honung.



## Äppelkaka i mugg / 2 stycken

3 msk Svenskt Smör™ från Arla  
½ äpple  
½ dl fiberhavregryn  
½ tsk bakpulver  
½ msk kanel  
1 msk rårorsocker  
1 ägg



### Toppa med:

½ dl Arla Köket® matyoghurt  
1 msk hackade nötter  
flytande honung

Fler muggkakor på [arlakadabra.se](http://arlakadabra.se)