**AĞIZDAN PİŞMİŞ SÜT YÜKLEME TESTİ İÇİN MUFFİN VEYA CUPCAKE HAZIRLANIŞININ TARİFİ**

**Muffin veya Cupcake Hazırlanışı:** (1 bardak 128 gram, 1 tatlı kaşığı 5 gram, 1 bardak 225 ml, 1 yemek kaşığı 15 ml).

Toplam 6 muffin yapılır ve her 1 muffin 1,3 gram süt proteini içerir.

Öğünlerde önemlidir. 2 yaşında bir çocuk bir öğünde 1 çay bardağı süt içerken, daha büyük çocuklar 1 çay bardağı (100 ml veya 3300 mg inek sütü proteini) veya su bardağı (180-200 ml, 6 gram süt proteini) süt içer.

**Kuru malzemeler**

-160 gram un

-64 gram toz şeker

-Tuz

-2 tatlı kaşığı kabartma tozu (10 gram)

**Sıvı malzemeler**

-225 ml süt

-2 yemek kaşığı sıvı yağ (30 ml)

-Vanilya ekstresi

-1 yumurta (yumurta alerjik ise yumurta yerine geçen yumurta ekamesi kullanılabilir)

**Tarif:** Fırın önceden 180 dereceye kadar ısıtılır. Önce kuru malzemeler karıştırılır.Bir başka kapta sıvılar karıştırılır ve ardından sıvı karışım içine azar azar eklenerek homojen akıcı bir hamur elde edilir. Sonra hamur 6 adet muffin kabına eşit dağıtılır ve önceden180-200 derecede ısıtılmış fırında 30-35 dakika altın sarısı renge gelip pişirinceye kadar tutulur.

**Kaynak**

1. Altıntaş DU, Büyüktiryaki B, Ayvaz D, et al. Food Allergy: Turkish National Guideline 2017. Asthma Allergy Immunol. 2017;15: Supplement:1

2. Leonard SA, Caubet JC, Kim JS, Groetch M, Nowak-Węgrzyn A. Baked milk- and egg-containing diet in the management of milk and egg allergy. J Allergy Clin Immunol Pract. 2015 Jan-Feb;3(1):13-23; quiz 24.