Rezept

Kokos-Muffins mit Sesam und Mango

Ein Rezept von Kokos-Muffins mit Sesam und Mango, am 12.10.2024

Zutaten

- **20 g** Sesamkrokant (türkisches Lebensmittelgeschäft)
- **140 g** Mehl
- **30 g** Zucker
- **2 EL** Kokosflocken
- **75 g** feste Kokoscreme (Asienladen)
- 1/2 Mango (ca. 100 g Fruchtfleisch)
- **2 TL** Backpulver
- Salz
- Fett für die Form

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 15 kleine oder 6 große Muffins | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 165 kcal

Zubereitung

1. Den Backofen auf 220° (Umluft 200°) vorheizen und die Muffinmulden fetten. Die Form kalt stellen. Sesamkrokant zerbröckeln und die Kokoscreme grob raspeln. Die Mango schälen und in kleine Würfel schneiden.

2. Mehl mit Backpulver, Zucker, 1 Prise Salz, Kokoscreme und Mangostückchen mischen. 60 ml Wasser dazugeben und alles gut verkneten. Krokantstückchen schnell untermischen. Kokosflocken am Boden der gefetteten Mulden verteilen und den Teig daraufgeben.

3. Die Muffins im Ofen (Mitte) 8-10 Min. (kleine) bzw. 15 Min. (große) backen. Aus dem Ofen nehmen und in der Form 5-10 Min. ruhen lassen, dann zum Abkühlen auf ein Kuchengitter geben.