

Rezept

Heidelbeermuffins

Ein Rezept von Heidelbeermuffins, am 15.12.2025

Zutaten

125 g	Heidelbeeren	150 g	Mehl
2 TL	Backpulver	1 Pck.	Vanillepuddingpulver (zum Kochen)
1	Ei (M)	150 g	Zucker
1 Prise	Zimtpulver	1 Prise	Salz
100 g	Naturjoghurt (3,5 % Fett)	6 EL	neutrales Öl
2 EL	Zitronensaft	12	Muffin-Papierförmchen

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 12 Stück (für 1 Muffinblech) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min
| **Pro Portion** Ca. 155 kcal

Zubereitung

1. Den Backofen auf 180° vorheizen. Die Papierförmchen in die Mulden des Muffinblechs setzen. Die Heidelbeeren verlesen, waschen und mit Küchenpapier vorsichtig trocken tupfen. Mehl, Backpulver und Vanillepuddingpulver mischen.
2. Ei, Zucker, Zimtpulver, Salz, Joghurt, Öl und Zitronensaft in eine Rührschüssel geben und mit den Quirlen des Handrührgeräts glatt rühren. Die Mehlmischung rasch unterrühren.
3. Je 1 knappen EL Teig in jedes Papierförmchen füllen. Die Heidelbeeren vorsichtig unter den übrigen Teig heben und diesen ebenfalls in den Förmchen verteilen. Im Ofen (Mitte) in ca. 20 Min. goldbraun backen.
4. Die fertigen Muffins aus dem Ofen holen und 5 Min. in dem Blech ruhen lassen. Dann vorsichtig herauslösen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.