

## Rezept

# Rohe Red Velvet Cupcakes mit Vanille-Frosting

Ein Rezept von Rohe Red Velvet Cupcakes mit Vanille-Frosting, am 20.12.2025

## Zutaten

### Für das Frosting:

<b>200 g</b>	Cashewnüsse	<b>175 g</b>	Kokosöl
<b>50 g</b>	Kakaobutter	<b>150 g</b>	Agavendicksaft
<b>150 ml</b>	Kokosmilch	<b>2 TL</b>	Vanillepulver
	Salz		

### Für die Cupcakes:

<b>100 g</b>	Kokosöl	<b>1</b>	Zucchini (ca. 200 g)
<b>1</b>	Apfel (ca. 150 g)	<b>1</b>	kleine Rote Bete (ca. 100 g)
<b>100 g</b>	frische oder aufgetaute Himbeeren	<b>125 g</b>	Agavendicksaft
<b>1 EL</b>	Zitronensaft	<b>1 Msp.</b>	Vanillepulver
	Salz	<b>150 g</b>	Kokosmehl

### Außerdem:

<b>12</b>	Himbeeren zum Dekorieren	Einwegspritzbeutel mit Sterntülle
<b>12</b>	Silikon-Muffinförmchen (6 cm Ø)	<b>12</b> Muffin-Papierförmchen

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 12 Stück | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 470 kcal

## Zubereitung

1. Für das Frosting die Cashewnüsse in einer Schüssel mit Wasser bedeckt mindestens 4 Std. einweichen. Danach in einem Sieb abspülen und abtropfen lassen.
2. Das Kokosöl und die Kakaobutter in einem warmen Wasserbad schmelzen lassen. Die Cashewnüsse im Blitzhacker fein mahlen. Dann in einer Schüssel mit dem Agavendicksaft, der Kokosmilch, Vanillepulver, 1 Prise Salz und 50 ml Wasser verrühren. Die Kokosöl-Kakaobutter-Mischung nach und nach einarbeiten. Das Vanille-Frosting in einen Einwegspritzbeutel füllen und im Kühlschrank mindestens 20 Std. fest werden lassen.
3. Für die Cupcakes das Kokosöl in einem warmen Wasserbad schmelzen lassen. Den Zucchini putzen, waschen und in grobe Würfel schneiden. Den Apfel waschen, vierteln, das Kerngehäuse entfernen und die Viertel in grobe Würfel schneiden. Die Rote Bete schälen und in grobe Würfel schneiden. Frische Himbeeren waschen und trocken tupfen, aufgetaute Himbeeren in einem Sieb abtropfen lassen.

4. Zucchini, Apfel, Rote Bete, Himbeeren, Agavendicksaft, Zitronensaft, Vanillepulver und 1 Prise Salz im Blender fein pürieren. Das Kokosöl langsam unter ständigem Mixen einfließen lassen. Das Püree und das Kokosmehl in einer Schüssel verkneten. Die Masse in 12 Silikon-Muffinförmchen drücken und im Tiefkühlgerät mindestens 6 Std. fest werden lassen.
- 
5. Die Cupcakes aus den Silikonförmchen drücken, in Papierförmchen setzen und etwa 1 Std. auftauen lassen. Das Frosting auf die Cupcakes spritzen. Die Himbeeren waschen, trocken tupfen und das Frosting mit je 1 Himbeere dekorieren. Die Cupcakes sind im Kühlschrank etwa 4 Tage haltbar.