

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:

200 g	Cashewnüsse	175 g	Kokosöl
50 g	Kakaobutter	150 g	Agavendicksaft
150 ml	Kokosmilch	2 TL	Vanillepulver
	Salz		

Für die Cupcakes:

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

Außerdem:

12	Himbeeren zum Dekorieren	Einwegspritzbeutel mit Sterntülle
12	Silikon-Muffinförmchen (6 cm Ø)	12 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-Muffinformchen drücken und im Tiefkühlgerät mindestens 6 Std. fest werden lassen.

5. Die Cupcakes aus den Silikonformchen drücken, in Papierformchen 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.