

Rezept

Rote-Bete-Schoko-Muffins

Ein Rezept von Rote-Bete-Schoko-Muffins, am 20.12.2025

Zutaten

250 g	gegartete Rote Bete (vakuumverpackt)	1 TL	lösliches Espressopulver
150 g	Zartbitterschokolade	125 g	Butter
200 g	Mehl	2 TL	Backpulver
50 g	gemahlene Haselnüsse	1/3 TL	Zimtpulver
1 EL	Kakaopulver	2	Eier
180 g	Zucker	12	Papierförmchen oder Butter fürs Blech

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 12 Stück | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 305 kcal

Zubereitung

1. Den Backofen auf 180° vorheizen. Muffinblech mit Papierförmchen auslegen oder die Mulden fetten. Rote Bete in grobe Stücke schneiden und mit dem Stabmixer fein pürieren. Das Espressopulver in 50 ml heißem Wasser auflösen und zum Rote-Bete-Püree geben. Schokolade über dem heißen Wasserbad schmelzen, vom Herd nehmen und die Butter in Stücken nach und nach unterrühren, bis sie sich vollständig aufgelöst hat.
2. Mehl, Backpulver, Nüsse, Zimt und Kakaopulver mischen. Eier und Zucker mit dem Schneebesen verrühren, dann das Rote-Bete-Püree unterrühren. Schokoladenmasse dazugeben, zuletzt die Mehlmischung zügig mit einem Löffel unterrühren.
3. Den Teig in die Förmchen geben und die Muffins im Ofen (Mitte) ca. 30 Min. backen. Aus dem Ofen nehmen, kurz abkühlen lassen, dann aus den Mulden lösen und vollständig abkühlen lassen.