Rezept

Vegane Himbeermuffins

Ein Rezept von Vegane Himbeermuffins, am 12.10.2024

Zutaten

225 g	Dinkelmehl
1 1/2 TL	Bourbon-Vanillezucker
1 1/2 EL	Kokosraspel
110 g	Sojaghurt Vanille
60 ml	Pflanzendrink Vanille
110 g	Zucker (z. B. Vollrohr- oder Kokosblütenzucker)
2 TL	Backpulver
75 ml	Rapsöl
40 g	Sojaghurt
150 g	Himbeeren

Außerdem

	12er-Muffinform
	Puderzucker zum Bestäuben
12	Muffin-Papierförmchen

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 12 Muffins | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 175 kcal, 8 g F, 3 g EW, 23 g KH

Zubereitung

1. Den Backofen auf 185° vorheizen. Mehl, Zucker, Vanillezucker, Backpulver und Kokosraspel in einer Schüssel mischen. Rapsöl, beide Sojaghurtsorten und Vanilledrink verrühren und zu den trockenen Zutaten in die Schüssel geben. Alles mit den Rührbesen des Handrührgeräts kurz zu einem cremigen Teig verrühren. Die Himbeeren verlesen und vorsichtig unter den Teig heben.

2. Die Mulden der Muffinform mit Papierförmchen auslegen und diese zu ¾ mit Teig füllen. Die Form in den heißen Ofen (Mitte) geben und die Muffins in ca. 25 Min. goldbraun backen (Stäbchenprobe machen). Anschließend aus der Form lösen und auskühlen lassen. Die Muffins mit etwas Puderzucker bestäuben und servieren.