

Rezept

Vegane Kürbismuffins mit Walnüssen

Ein Rezept von Vegane Kürbismuffins mit Walnüssen, am 28.06.2026

Zutaten

120 g Butternuss-Kürbis	100 g vegane weiße Schokolade
250 g Mehl	50 g gemahlene Walnusskerne
140 g Zucker (z. B. Vollrohr- oder Kokosblütenzucker)	2 TL Backpulver
1 Prise Salz	1 1/2 TL Zimtpulver
80 ml Rapsöl	150 ml Haferdrink

Außerdem

12er-Muffinform

12 Muffin-Papierförmchen

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 12 Muffins | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 255 kcal, 13 g F, 3 g EW, 34 g KH

Zubereitung

1. Den Backofen auf 185° vorheizen. Den Butternuss-Kürbis putzen, schälen und fein raspeln. Die weiße Schokolade in kleine Stücke hacken. Beides beiseitestellen.
2. Mehl, Walnüsse, Zucker, Backpulver, Salz und Zimt in einer Schüssel mischen. Rapsöl und Haferdrink verrühren und zu den trockenen Zutaten in die Schüssel geben. Alles mit den Rührbesen des Handrührgeräts kurz zu einem cremigen Teig verrühren. Kürbisraspel und Schokoladenstücke unterheben.
3. Die Muffinform mit den Papierförmchen auslegen und diese zu $\frac{3}{4}$ mit Teig füllen. Die Muffins im heißen Ofen (Mitte) ca. 25 Min. backen (Stäbchenprobe machen). Anschließend aus der Form lösen und auskühlen lassen.