

## Rezept

# Zous Geburtstags-Cupcakes mit pinker Creme

Ein Rezept von Zous Geburtstags-Cupcakes mit pinker Creme, am 17.04.2024

## Zutaten

### Für die Creme

**500 g** Skyr **200 g** TK-Himbeeren  
**3 TL** Flohsamenschalen (aus der Drogerie)

### Für die Muffins

**320 g** Möhren **4** Eier (M)  
**125 g** gemahlene Haselnüsse **125 g** gemahlene Mandeln  
**125 g** brauner Zucker **1 Pck.** Backpulver  
**1 TL** Zimtpulver Salz

### Außerdem

Muffinform (am besten Silikon; 12 große Mulden) **evtl. 12** Papierbackförmchen  
**ca. 200 g** Himbeeren

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 12 Stück | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 245 kcal, 14 g F, 11 g EW, 17 g KH

## Zubereitung

1. Für die Creme den Skyr mit den Himbeeren und den Flohsamenschalen in einer Schüssel gut verrühren und abgedeckt in den Kühlschrank stellen, bis die Muffins gebacken sind. Die Flohsamenschalen binden Flüssigkeit und machen die Creme noch etwas fester.
2. Für die Muffins den Backofen auf 180° vorheizen. Falls eine Muffinform aus Metall verwendet wird, in jede Mulde ein Papierförmchen setzen.
3. Die Möhren putzen, schälen und mit der Küchenreibe fein in eine große Schüssel raspeln. Die Eier trennen. Die Eigelbe mit Haselnüssen, Mandeln, Zucker, Backpulver und Zimt zu den Möhren geben und alles gut verrühren. Die Eiweiße mit 1 Prise Salz steif schlagen. Den Eischnee vorsichtig unter den Teig heben.
4. Den Teig in die Papierförmchen füllen. Die Muffins im Ofen (Mitte) ca. 30 Min. backen. Die Form aus dem Ofen nehmen und die Muffins darin ca. 5 Min. abkühlen lassen. Dann herauslösen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

5. Die Himbeeren zum Garnieren verlesen, vorsichtig in einem Sieb kalt abbrausen und trocken tupfen. Direkt vor dem Servieren die Muffins mit je einem Klecks pinker Creme toppen und mit Himbeeren garnieren.