



Erdmandel-Muffins

Zutaten

200 g Mehl

80 g Erdmandeln gemahlen

1 Prise(n) Salz

1 Pack Backpulver

2 Esslöffel Apfelmus

100 ml neutral schmeckendes Öl

150 ml Mineralwasser

200 g frische Früchte, Nüsse oder Schokolade

Kochzeit: 35 min

Gesamtzeit: 35 min

Portionen: 12

Zubereitung

1.

Heize den Backofen auf 180 °C Umluft vor.

2.

Vermenge die trockenen Zutaten – Mehl, gemahlene Erdmandeln, Salz & Backpulver – in einer Schüssel.

3.

Rühre nach und nach die flüssigen Zutaten unter, bis ein cremiger Teig entsteht.

4.

Jetzt kommt deine Phantasie in's Spiel: Erdbeeren, Heidelbeeren oder Kirschen? Gehackte Erdmandeln, Kakao-Nibs, Schokodrops oder gebrannte Haselnüsse? Verfeinere den Teig ganz nach deinem eigenen Geschmack! Je nach Zutat (wenn die Zutat besonders voluminös ist) kann es sein, dass du 50 g weniger benötigst als angegeben.

5.

Fülle den Teig in Förmchen backe die Erdmandel-Muffins für rund 20 – 25 Minuten im Ofen.

Natürlich kannst du die Erdmandel-Muffins noch mit Schokolade glasieren oder mit Puderzucker bestäuben, wenn du magst.

Guten Appetit!