

Gabrieles



Muffin (vegan) ca. 12 Stück

Zutaten: Erste Schüssel:
Ca. 400ml Apfelmus, Zwetschkenkompott oder Fruchtmus
½ Tasse Zucker (wenn Obst ungesüßt)
80ml Öl

Zweite Schüssel:
1 Tasse Vg-Mehl
¾ Tasse Weißmehl
¾ Tasse Mohn oder Nüsse gerieben
2 TL Backpulver
½ TL Natron
Zimt, Vanille

Zubereitung: Backrohr auf 180° vorheizen
Muffinformen mit Papierkapseln auslegen.
Die trockenen Zutaten zu den feuchten geben und mit einem Löffel
verrühren bis alles angefeuchtet ist.
Es soll ein lockerer Teig ähnlich Rührteig entstehen.
Event. etwas Wasser oder Fruchtsaft zugeben, wenn es zu trocken/dick
ist.
Formen füllen
25 Minuten backen bis die Oberfläche knusprig ist.
Schmecken am besten frisch.