

Vegane Himbeermuffins

von Henrike Jütting aus Münster-Handorf

Zutaten für 12 Muffins:

300 g Mehl
150 g Kokosraspeln
100 g Zucker
1 P. Vanillezucker
5 EL Apfelmus
1-2 EL Natron
1-2 EL Apfelessig
300 ml Hafermilch
1,5 Becher Sojajoghurt (optional Kokos- oder Vanillegeschmack)
100 ml Rapsöl
250 g Himbeeren (TK oder frisch)

Zubereitung:

Alle trockenen Zutaten in einer großen Schüssel vermischen. Anschließend die restlichen Zutaten bis auf das Obst dazugeben und alles gut verrühren. Zum Schluss die Himbeeren unterheben.

Den Teig in eine Muffinform geben und bei 180 Grad ca. 25-30 Minuten backen. Nach Belieben die erkalteten Muffins mit Puderzucker bestäuben oder mit einer Schokoglasur versehen.

Viel Spaß beim Nachbacken und guten Appetit!