



Vegane Süßkartoffelmuffins

Schritte: 7

Schwierigkeitsgrad: Leicht

Zutaten

12 Stück

120 g	glutenfreies Mehl	60 g	gemahlene Mandeln
1 TL	Backpulver	100 g	Kokosblütenzucker
1/2 TL	Natron	1-2 TL	Zimt
2	Eier	50 ml	Rapsöl
200 g	Süßkartoffelpüree		Für die Streusel:
50 g	glutenfreie Haferflocken	50 g	Pekanüsse
2 EL	kalte Butter (vegan)	2 EL	Kokosblütenzucker

Zubereitung

Zubereitung

1. Muffinblech mit Muffinförmchen auslegen und den Backofen auf 180°C vorheizen.
2. Mehl, Natron, Backpulver, Mandeln, Zimt und Kokosblütenzucker in einer Rührschüssel geben und vermischen.
3. Die Eier mit dem Rapsöl und dem Süßkartoffelpüree vermischen/verquirlen, zu den trockenen Zutaten geben und zu einem lockeren Teig mischen. In die vorbereiteten Muffinförmchen den Teig füllen ($\frac{2}{3}$ hoch).
4. Kalte Butter in kleine Würfel schneiden und die Pekanüsse hacken.
5. Butter, Pekanüsse, Haferflocken und 2 EL Kokosblütenzucker in eine Schüssel geben. Mit den Händen die Streusel kneten.
6. Auf den Muffins verteilen und etwas festdrücken. Muffins im vorgeheizten Backofen 25 – 30 Minuten backen. Eventuell mit Alufolie abdecken, damit sie nicht dunkel werden. Mit einem Holzstäbchen testen, ob die Muffins fertig sind.
7. Aus der Form nehmen und abkühlen lassen. Tipp: Süßkartoffelpüree kann man einen Tag vorher vorbereiten oder den Rest vom Vortag verwenden.

Die Zutaten für dein Lieblingsrezept findest du in deinem Selgros Markt

Du suchst nach den passenden Zutaten für dein Lieblings-Rezept. Dann schau schnell in deinem Selgros Markt vorbei oder informiere dich über unsere Angebote.

UNSERE AKTUELLEN ANGEBOTE

Viele weitere Rezepte bei Selgros entdecken

Wir haben für dich eine große Auswahl an Koch-, Back- und Grill-Rezepten zusammengestellt. Du kannst in unserer Rezeptsuche ganz einfach nach Schlagwörtern wie beispielsweise Hauptkomponenten oder bestimmten Zutaten suchen. Oder du lässt dich von unseren Kategorien inspirieren.

Hier findest du unter Rezept Typ alles - von alkoholfreien Cocktails, Burger, Fleischgerichten, Beilagen, Gebäck, Pasta, Salaten bis hin zu vegetarischen Gerichten. Einfach die gewünschte Kategorie anklicken und du kannst aus einer Vielzahl toller Rezepte auswählen.

Zudem findest du hier auch alle Rezepte, die wir in unseren aktuellen Angeboten haben. Ebenso bieten wir saisonale Rezepte wie Spargel- oder Erdbeerrezepte, Grill-Rezepte, Gerichte aus der herbstlichen Küche wie Flammkuchen oder Aufläufe. Unsere Rezeptwelt wird ständig um weitere tolle Gerichte und Kochideen erweitert. Es lohnt sich regelmäßig auf unserer Rezeptseite vorbeizuschauen. Wir wünschen dir viel Spaß beim Entdecken, Stöbern und Nachkochen.

WEITERE REZEPTE ENTDECKEN