



Carrot Cake Muffins

- ★ Schwierigkeitsgrad: einfach
- L Zubereitung: 50 Minuten
- 🍴 Reicht für 12 Portionen

Zutaten

12 Portionen

FruchtBar Zutaten

200 g Apfel Banane Hafer Fruchtputee von Fruchtbar

weitere Zutaten

220 g	Haselnussmus
100 g	Kokosblütenzucker
360 g	Karotten
0.5	Teelöffel Nelken, gemahlen
0.2	Teelöffel Muskatnuss, gemahlen
1.5	Teelöffel Zimt, gemahlen
2	Teelöffel Backpulver
2	Teelöffel Natron
250 g	Dinkelmehl Type 630
1 Prise	Salz

Dazu brauchst du

- Sparschäler
- Reibe
- Schüssel
- Muffinförmchen

Zubereitung

1. Backofen auf 175 Grad Ober-Unterhitze vorheizen.
2. Karotten schälen und zerkleinern.
3. Dinkelmehl, Kokosblütenzucker, Backpulver, Nelke, Muskatnuss, Zimt und Natron in eine Schüssel geben und vermischen.
4. Anschließend geriebene Karotten, Haselnussmus und Apfel-Banane-Hafer Fruchtmark von Fruchtbar hinzugeben und gut vermengen.
5. Teig gleichmäßig in Muffinförmchen füllen und in den vorgeheizten Backofen geben und ca. 30 Minuten backen.
6. Blech aus dem Backofen holen und abkühlen lassen.
7. Muffins mit weißem Mandelmus, etwas Zimt und geriebenen Karotten (ein kleiner Schuss Zitronensaft lässt die Karotten nicht braun werden) dekorieren und servieren.

Bon Epi-tit.



Du hast das Rezept ausprobiert? Dann verlinke uns [@fruchtbarewelt](#) auf Instagram und nutze den Hashtag [#fruchtbareweltrezepte](#)

