



Vegane Schokomuffins



Rezeptinfo

Zutaten für 12 Muffins

Zubereitungszeit: 10 Min. + 20 Min. Backzeit

pro Portion: 782 kJ, 187 kcal, 27,7 g Kohlenhydrate, 2,5 g Eiweiß, 7,2 g Fett, 0,1 mg Cholesterin, 1,4 g Ballaststoffe

Schwierigkeitsgrad: Kosten: €



Zutaten

Menge

200 g	Mehl
40 g	Backkakao
180 g	Zucker
1 Prise	Zimt
1 TL	Natron
240 ml	Wasser
80 ml	geschmacksneutrales Öl
1 TL	Apfelessig

Tipp

Wenn du kein Natron zur Hand hast, kannst du auch Backpulver nehmen.

Zubereitung

Muffins gibt es in allen Farben und Formen, aber am leckersten finden wir Schokomuffins. Diese veganen Schokomuffins sind noch viel schneller gebacken, als die klassischen Muffins mit Ei und Milch.

Step 1:

Den Backofen auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

Step 2:

Zuerst siebst du das Mehl und den Kakao in eine große Schüssel und vermischt es mit dem Zucker, dem Zimt und dem Natron.

Step 3:

Nun gibst du das Wasser, das Öl und den Apfelessig dazu und verrührst alles zügig. Du darfst nicht zu lang rühren, weil du sonst die Luftbläschen wieder aus dem Teig rührst.

Step 4:

12 Papierförmchen in die Mulden deines Muffinbleches legen und den Teig gleichmäßig darauf verteilen. Nun lässt du die Muffins für 20 Minuten backen und anschließend auskühlen.