



Früchte – Joghurt Muffins

Zutaten (für 12 Stück):

300 g Dinkelmehl
200 g Rohrzucker
¼ TL Salz
2 TL Backpulver
100 g Kokosnussöl VCO, flüssig
250 ml Joghurt
1 Ei
150 g klein geschnittene Früchte der Saison, z.B. Aprikosen
Ananas, Kirschen, Erdbeeren

Zubereitung:

Alle trockenen Zutaten und separat davon die nassen Zutaten mit einander vermischen. Beides zusammengeben und miteinander verrühren. Die Früchte unterheben, in Muffin Förmchen füllen und bei 160°C ca. 15 Minuten backen. Die Muffins kurz abkühlen lassen und aus der Form holen.

Guten Appetit!