



Union zur Förderung
von Oel- und Proteinpflanzen e. V.

Herausgeber:

UFOP e. V.
Claire-Waldoff-Straße 7
10117 Berlin
Telefon 030/31 90 4-2 02
Telefax 030/31 90 4-4 85
E-Mail info@ufop.de
www.ufop.de

Rezeptidee Juli:

Himbeermuffins mit Pecannüssen und weißer Schokolade

Zutaten für 1 Muffinform mit 12 Mulden:

160 g Pecannüsse, ersatzweise Walnusskerne
80 g weiße Schokolade
125 g Himbeeren
250 g Mehl, Type 405
1 Päckchen Backpulver
100 ml Rapsöl, kaltgepresst
200 g Joghurt
2 Eier (L)

100 g feiner Zucker
1 TL Vanillepulver oder das
Mark einer Vanilleschote
2 Prisen Salz

Zusätzlich

12 Papiermanschetten für
die Form



Und so geht's:

Den Backofen auf 170°C Umluft (180°C Ober- und Unterhitze) vorheizen.

Eine Muffinform mit Manschetten auskleiden.

Die Pecannüsse grob zerkleinern, im Backofen ca. 5 Minuten rösten, dann herausnehmen. 100 g der Nüsse fein mahlen. Die Schokolade fein würfeln.

Die Himbeeren – wenn nötig – kalt abbrausen, dann abtropfen lassen.

Das Mehl mit den gemahlene Nüssen sowie dem Backpulver mischen. Das kaltgepresste Rapsöl mit dem Joghurt, den Eiern, dem Zucker, dem Vanillepulver sowie dem Salz verrühren, dann die Mehl-Nussmischung unterheben.

Anschließend die zerkleinerten Nüsse, die Schokolade sowie die Himbeeren unterrühren.

Den Teig auf die Papierförmchen verteilen und 25 Minuten im Backofen bei 170 °C auf einer der unteren Schienen backen.

Copyright: UFOP

Pressekontakt: WPR COMMUNICATION GmbH & Co. KG • Anja Gründer
Kollwitzstraße 7 • 53639 Königswinter
Tel.: 02244-92490 • Fax: 02244-924949 • E-Mail: gruender@wpr-communication.de

INFORMATION
Union zur Förderung von Oel- und Proteinpflanzen e. V.