

Mini muffins

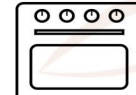
met verwarmende kruiden



10 muffins



15 minuten



20 minuten 175°

Ingrediënten

- 50 gr. havermeel
- 20 gr. bruine rijstmeel
- 40 gr. kokosbloedsuiker
- 1 el. tapiocazetmeel
- 1 tl. kaneel
- 1/2 tl. gemalen vanille
- 1/2 tl. gemalen anijszaad
- snufje zout
- 1 tl. bakpoeder
- 1/2 tl. bakingsoda
- sap van halve citroen
- 2 el. ongezoete appelmoes
- 25 gr. kokosolie
- 30 ml. water
- 10 ongebrande pecannoten

Werkwijze

Verwarm de oven op 175 graden en vet de minimuffinvorm in met kokosolie. Doe alle melen, kruiden, zout en bakpoeder in een kom en roer dit goed door elkaar.

Smelt de kokosolie in een pannetje en voeg bij de melen. Daarna voeg je de appelmoes en het water toe aan het deeg.

Vervolgens doe je in een klein kommetje een halve theelepel bakingsoda met het sap van een halve citroen. Dit gaat lekker bruisen en dat is de bedoeling. Door dit als laatste bij het deeg te voegen, krijg je een luchtige structuur.

Doe het deeg met een lepeltje in de muffinvorm, leg op elke muffin een pecannoot, druk deze zacht aan, schuif de vorm in de voorverwarmde oven en bak ze zo'n 20 minuten. Geniet ervan!

- ✓ Perfect voor een high-tea
- ✓ Plantaardig, glutenvrij & zonder geraffineerde suiker
- ✓ Een lekker en verantwoord tussendoortje

