



Gesunde & Leckere

Weihnachtsmuffins

- 150 ml Milch
- 200 g Datteln, entsteint
- 1 großer Apfel
- 250 g Dinkelmehl
- 4 Eier
- 75 g weiche Butter
- 75 g Apfelmus
- 2 EL Backkakao
- 1 TL Zimt
- ½ TL Nelken gemahlen
- 1 TL Backpulver

Zubereitung:

Die Datteln lassen wir ca. 15 min. in Milch einweichen und pürieren sie anschließend mit einem Mixer.

Den Apfel schälen wir und schneiden ihn in kleine Würfel.

Jetzt können wir den Ofen auf 180 Grad vorheizen.

Alle Zutaten bis auf den Apfel verrühren wir zu einem geschmeidigen Teig.

Die Apfelstücke können wir nun unterheben.

Jetzt verteilen wir die Masse in 12- 15 Muffinförmchen und backen diese für ca. 20 Min.