

Heidelbeere - Muffins (Ohne Ei, mit Tofu)

Kategorien: Backen, Kuchen, Muffin, Heidelbeere, Tofu

Zutaten für: 12 Muffins

2	Tassen	Mehl
1	Essl.	Backpulver
1/8	Teel.	Salz
3/4	Tasse	Zucker
30	Gramm	Tofu
1/2	Tasse	Wasser
3	Essl.	Oel
1	Tasse	Heidelbeere; frisch -- o. tiefgefroren

Anleitung:

Ofen auf 180°C vorwaermen, Muffin-Formen ausbuttern.

Mehl, Backpulver, Salz und Zucker miteinander mischen.

Tofu gut zerdruecken, mit Wasser und Oel sorgfaeltig vermischen (kann auch im Mixer gemacht werden).

1/4 Tasse der Mehlmischung (bezogen auf Menge fuer 12 Muffins) beiseite legen, restliche Mehlmischung mit der Tofu-Wasser-Oel-Masse vermischen.

Heidelbeere mit der beseite gelegten Mehlmischung gut vermischen, im Teig vorsichtig einruehren.

Muffins-Formen zu 2/3 fuellen und backen, ca. 20 Minuten (mit Holznadel pruefen: diese muss nach dem Einstechen sauber herauskommen).