

Rum - Dattel- Kokos- Muffins

Zutaten für: 12 Stück

100	Gramm	Zerlassene Butter
1		Ei
100	Gramm	Brauner Zucker oder Honig
250	Gramm	Joghurt
2	Essl.	Brauner Rum
100	Gramm	Getr. Datteln
150	Gramm	Mehl mit Weizenkeimen
2	Teel.	Backpulver
50	Gramm	Gem. Mandeln
4	Essl.	Kokosflocken
		Kokosflocken zum Bestreuen

Anleitung:

1. Den Backofen auf 200 C vorheizen. Ein Muffinblech fetten oder Papierförmchen hineinsetzen.
2. In einer Schüssel die Butter mit dem Ei verquirlen. Den Zucker hinzufügen und unterrühren. Joghurt und Rum gründlich untermengen.
3. Die Datteln halbieren und die Steine entfernen. Das Fruchtfleisch in kleine Stücke schneiden.
4. Das Mehl mit dem Backpulver, den Mandeln und den Kokosflocken sorgfältig vermischen. Die Butter-Ei-Masse hinzufügen und nur kurz unterrühren. Die Datteln unter den Teig heben.
5. Die Muffinmulden zu etwa 2/3 mit Teig füllen und gleichmäßig mit den Kokosflocken bestreuen.
6. Die Muffins im Backofen (Mitte; Gas 3-4; Umluft 180 C) in etwa 25 Minuten goldgelb backen.
7. Die Muffins aus dem Backofen nehmen, in der Form kurz abkühlen lassen. Dann herauslösen und auf einem Kuchengitter völlig auskühlen lassen.

Tipp: Dazu passt mit 1 Msp. Zimt und etwas gemahlener Vanille verfeinerte Schlagsahne. Gemahlene Vanille bekommen Sie im Bioladen oder Reformhaus