

RAFFINIERTE HONIGMUFFINS MIT AVOCADOFROSTING

FAIR-FÜHRERISCH
CREMIGE LECKEREIEN

MAN BRAUCHT

150 G BREITSAMER FAIRES FRÜHSTÜCK BLÜTENHONIG FLÜSSIG
60 G WEICHE BUTTER
125 G FAIRTRADE VOLLROHRZUCKER
20 G FRISCHER INGWER
150 G FAIRTRADE ERDNUSSEKERNE GERÖSTET UND GESALZEN
225 G MEHL
2 EL FAIRTRADE BACK-KAKAOPULVER
1 MSP. NELKENPULVER
1 EL LEBKUCHENGEWÜRZ
1 EI
6 G POTTASCHE
3 G HIRSCHHORNSALZ
3 BLATT GELATINE
1 FAIRTRADE AVOCADO
SAFT VON 1 LIMETTE
100 G DOPPELRAHMFRISCHKÄSE

SO GEHT'S

- 125 G HONIG, BUTTER UND 75 G ZUCKER IN EINEM TOPF SCHMELZEN.
- INGWER SCHÄLEN UND FEIN REIBEN. 100 G ERDNÜSSE FEIN MAHLEN. MEHL, ERDNÜSSE, INGWER, KAKAOPULVER, NELKENPULVER UND LEBKUCHENGEWÜRZ MISCHEN.
- BUTTER-HONIG-MISCHUNG IN EINE RÜHRSCHÜSSEL GEBEN UND VERKNETEN. EI UNTERRÜHREN. MEHLMISCHUNG
- ESSLÖFFELWEISE UNTERKNETEN. POTTASCHE UND HIRSCHHORNSALZ IN EIN WENIG KALTEM WASSER AUFLÖSEN UND UNTER DEN TEIG KNETEN.
- 12 PAPIER-BACKFÖRMCHEN MIT TEIG BEFÜLLEN. IM VORGEHEIZTEN BACKOFEN (150 GRAD UMLUFT) CA. 20 MINUTEN BACKEN.
- FÜR DAS FROSTING GELATINE EINWEICHEN. AVOCADO SCHÄLEN UND GROB WÜRFELN. AVOCADOWÜRFEL, 25 G HONIG UND LIMETTENSAFT FEIN PÜRIEREN. FRISCHKÄSE UNTERRÜHREN. GELATINE AUSDRÜCKEN, AUFLÖSEN UND MIT 2-3 EL AVOCODOCREME VERRÜHREN. DANN UNTER DIE ÜBRIGE CREME RÜHREN UND KALT STELLEN.
- 50 G ZUCKER MIT ETWAS WASSER IN EINER PFANNE KARAMELLISIEREN. 50 G ERDNÜSSE GROB HACKEN, ZUM KARAMELL GEBEN UND UNTERRÜHREN. KARAMELLNÜSSE HERAUSNEHMEN UND AUF BACKPAPIER ABKÜHLEN LASSEN.
- MUFFINS AUS DEM OFEN NEHMEN UND VOLLSTÄNDIG AUSKÜHLEN LASSEN. AVOCADOFROSTING AUF DEN MUFFINS VERTEILEN.
- DIE KARAMELLNÜSSE HACKEN UND DARÜBERSTREUEN.

