

Klimafreundliche Nachbarschaftsküche

Karotten Cupcakes

12 Cupcakes

200 g geriebene Karotten

200 g Dinkelmehl

100 g gemahlene Haselnuss

3 TL Backpulver

Prise Salz

1 TL Zimt

100 g Apfelmus

100 ml Sonnenblumenöl

80 ml Hafermilch

100 g Zucker

1 TL Apfelessig

Vanille

Emissionswerte pro Portion:

- 235 g CO₂äq
- KlimaTeller Label und 77% besser im Vergleich zu einem durchschnittlichen Gericht

Zubereitung:

1. Den Backofen auf 180C vorheizen und eine Muffinform einfetten.
2. Zuerst die Karotten fein reiben und beiseitestellen.
3. In einem Messbecher Apfelmus, Pflanzenöl, Hafermilch, Zucker, Essig und Vanille verrühren. Dann beiseitestellen.
4. Das Mehl, gemahlene Haselnuss, Backpulver, Salz und Zimt in einer Schüssel vermischen.
5. Flüssigen Zutaten in die Mehlmischung gießen und zusammen mit den geriebenen Karotten kurz zu einem Teig verrühren.
6. Den Teig in die Muffinförmchen verteilen und im Ofen für 25 Minuten backen.
7. Die Muffins 10 Minuten in der Form abkühlen lassen.