



## Zebra Muffins – alias Marmorküchlein



### Zutaten:

- 4 EL Kokosöl
- 2 Eier
- 80 ml Mandelmilch oder andere Milchalternative
- 3-4 EL Kokosblütenzucker / Sirup oder andere Süßungsalternative (Agavensirup, Honig, Birkenzucker, Ahornsirup etc.)
- 100 g gemahlene Mandeln oder Haselnüsse
- 3 EL Kokosmehl (alternativ Mandelmehl, Erdmandelmehl, Kastanienmehl etc.)
- 1 TL Backpulver (Weinsteinbackpulver)
- 50 g oder 5 EL Vanillepulver (Eiweißpulver z. B.), alternativ Vanillemark, Vanillegewürz – dann mehr geriebene Mandeln entsprechend verwenden
- 1-2 EL Rohkakaopulver

### Zubereitung - leicht, schnell, lecker:

1. Eier schaumig schlagen, Kokosöl, Milch dazugeben und weiter aufschlagen, Süßungsmittel dazugeben.

./.



2. Alles gut zu einer glatten Masse vermengen. Vanillepulver unterrühren, danach die gemahlene Mandeln und das Backpulver unterheben.
3. Masse teilen und unter eine Hälfte das Kakaopulver untersieben und nochmal gut vermengen.  
Erst die helle Masse, dann die Kakao-Masse darauf in Muffins-Förmchen verteilen. Ggf. mit Stricknadel o.ä. die Masse „marmorieren“
4. Ofen vorheizen und bei 180 Grad ca. 15-20 Min. backen. Zahnstochertest!  
Abkühlen lassen und lecker genießen.

Tipp: Mit Beeren, Obstkompott oder Chia-Kokospudding schmecken die Muffins noch feiner.

Lasst es Euch schmecken!!!! 😊