

## Vegane Muffins ohne Ei



*vegetarisch*

*stillfreundlich*

*kleinkindtauglich*

### Zutaten für 12 Muffins:

- 275 g Weizenmehl
- 125 g Zucker
- 1 Prise Salz
- 1 Päckchen Weinsteinbackpulver
- 2 EL Apfelmus
- 100 ml Sonnenblumenöl
- 100 ml Mineralwasser (spritzig)

**Arbeitszeit:** ca. 20 Minuten

**Kochzeit/Backzeit:** ca. 25 Minuten

**Gesamtzeit aktiv:** ca. 45 Minuten

### Vegane Muffins backen - so gehts:

1. Mische das Mehl mit dem Zucker, einer Prise Salz und dem Backpulver.
2. Rühre dann nur kurz die feuchten Zutaten, also den Apfelmus, das Öl und das Wasser unter. Wenn du möchtest kannst du noch nach Belieben frische Beeren, Apfelstückchen, Schokotropfen oder Zimt unterheben.
3. Fülle den Teig in Muffinförmchen und stelle sie in die Mulden eines Muffinsblech.
4. Backe die Muffins ohne Ei bei 180°C Ober- und Unterhitze für etwa 20-25 Minuten.
5. Zum Schluss kannst du die veganen Muffins nach Lust und Laune verzieren.  
[Zuckerguss](#) eignet sich prima.

Besuch uns gern wieder auf [familienkost.de](https://www.familienkost.de) und stöber in unserem [Shop](#).

