Mandel-Pudding-Muffins



Zutaten

Zutaten für 18 Stück:

Teig:

- 150 g Zucker
- 50 g gemahlene Mandeln
- 200 g Dinkelmehl oder Weizenvollkornmehl
- 3 Teelöffel Backpulver
- 1 Teelöffel Natron
- 75 g Stärke
- 1/2 Teelöffel Salz
- 125 g Joghurt
- 1 Ei
- 2 Tropfen Bittermandelöl
- 50 g Öl
- 100 g Milch

Außerdem:

- 1 Päckchen Vanillepuddingpulver
- 400 ml Milch
- 40 g Zucker

Zubereitung

1. Den Pudding mit 400 ml nach Vorschrift auf der Verpackung kochen und etwas abkühlen lassen.

2. Etwa 18 Muffinsformen leicht einfetten oder mit Papierförmchen auslegen.

3. Backofen auf 190°C vorheizen. Vollkorn- oder Dinkelmehl, Zucker, Backpulver, Natron, gemahlene Mandeln, Stärke und Salz in einer Schüssel mischen. Ei, Joghurt, Bittermandelöl, Öl und Milch in einer Schüssel glatt rühren. Alle Zutaten sehr vorsichtig mischen.

4. Den Teig in die vorbereiteten Formen geben und zu etwa 1/2 füllen. Oben den Pudding zu 3/4 der Formen auffüllen. Auf einem Rost auf mittlerer Schiene in den Backofen schieben.

5. 15-20 Minuten backen. Die gebackenen Muffins in den Formen auf einem Drahtgitter 5-7 Minuten abkühlen lassen. Warm servieren oder auf das Gitter stürzen und vollständig auskühlen lassen.