

Blaubeer-Küchlein zum Frühstück

Zutaten

- 150 Roggenvollkornmehl
- 150 g Dinkelmehl
- 1 Tütchen Backpulver
- 80 g Kokosblütenzucker plus 1 EL Extra
- 2 Eier
- 4 EL Agavendicksaft
- 80 ml Rapsöl
- 300 ml Buttermilch
- etwas geriebene Vanilleschote
- 150 g Blaubeeren (TK)
- 50 g Haferflocken plus 1 EL extra

Anleitung

Zuerst werden der Kokosblütenzucker, Öl, Agavendicksaft und die Ei gut miteinander verquirlt. Dann rührst du die Buttermilch und die geriebene Vanilleschote unter.

Nun das Mehl und Backpulver mischen und ebenfalls unterrühren.

Die Blaubeeren zusammen mit den Haferflocken vorsichtig unter den Teig zheben.

Den Teig in kleine Pie- oder Muffinförmchen geben.

Mit den extra Haferflocken und Kokosblütenzucker bestreuen und für 20 - 25 Minuten bei 180°C (Umluft) im vorgeheizten Backofen backen.