

Low Carb Cranberry-Sauerrahm-Muffins

Zutaten (4 Portionen) :

- ◇ 240ml Bio Sauerrahm
- ◇ 4 Bio Eier
- ◇ 1 TL Vanilleextrakt
- ◇ 300g fein gemahlene Mandeln
- ◇ 100g Rohrohrzucker
- ◇ 2 TL Backpulver
- ◇ 1 TL Zimt
- ◇ Eine Prise Salz
- ◇ 120g getrocknete Cranberries

Zubereitung:

1. Ofen auf 160°C vorheizen. Ein Muffinblech mit Papierförmchen auslegen.
2. Sauerrahm, Eier und Vanilleextrakt mit Handmixer schaumig schlagen.
3. In einer zweiten Schale Mandeln, Zucker, Backpulver, Zimt und Salz vermischen. Die trockene Mischung möglichst schnell zu der Eier-Sauerrahm-Mischung geben.
4. Nur so lange verrühren, bis alles gut vermischt ist. Cranberries unterheben und die Mischung auf Muffinförmchen verteilen.
5. Die Muffins für 25-30 Minuten backen, bis sie leicht gebräunt sind.
6. Auf einem Gitter auskühlen lassen. Sobald sie kühl sind, können die Muffins in einem Behälter bis zu einer Woche im Kühlschrank frischgehalten werden.