

# Saftige Schoko-Bananen-Muffins

für ca. 18 Muffins

## Zutaten

- 300 g Dinkelmehl Type 630 oder Weizenmehl Type 550
- 2 TL Backpulver
- 1 TL Natron
- 100 g (Rohr-)Zucker
- 150 g Zartbitterschokolade ab 60 % Kakao, gehackt
- 2 EL Kakaopulver, schwach entölt
- 300 ml Soja-, Soja-Reis- oder Reismilch
- 70 ml Rapsöl
- 3 reife Bananen

## Zubereitung

- Mehl mit Backpulver und Natron mischen. Kakaopulver, Zucker und Schokolade zugeben und ebenfalls mit einem Löffel unter das Mehl mischen.
- Pflanzenmilch und Öl sorgfältig in die Mehlmischung einrühren.
- Die Bananen mit einer Gabel zu Püree zerdrücken und dann unter den Teig heben.
- Backofen auf 175 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Papierförmchen ins Muffinblech setzen, Teig hineingeben, auf mittlerer und unterer Schiene ca. 25 Minuten backen.

<http://www.chefkoch.de/rezepte/1648501272474842/Saftige-Schoko-Bananen-Muffins.html>

# Saftige Schoko-Bananen-Muffins

für ca. 18 Muffins

## Zutaten

- 300 g Dinkelmehl Type 630 oder Weizenmehl Type 550
- 2 TL Backpulver
- 1 TL Natron
- 100 g (Rohr-)Zucker
- 150 g Zartbitterschokolade ab 60 % Kakao, gehackt
- 2 EL Kakaopulver, schwach entölt
- 300 ml Soja-, Soja-Reis- oder Reismilch
- 70 ml Rapsöl
- 3 reife Bananen

## Zubereitung

- Mehl mit Backpulver und Natron mischen. Kakaopulver, Zucker und Schokolade zugeben und ebenfalls mit einem Löffel unter das Mehl mischen.
- Pflanzenmilch und Öl sorgfältig in die Mehlmischung einrühren.
- Die Bananen mit einer Gabel zu Püree zerdrücken und dann unter den Teig heben.
- Backofen auf 175 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Papierförmchen ins Muffinblech setzen, Teig hineingeben, auf mittlerer und unterer Schiene ca. 25 Minuten backen.

<http://www.chefkoch.de/rezepte/1648501272474842/Saftige-Schoko-Bananen-Muffins.html>