

Haferflockenmuffins mit Zwetschge und Vanillepudding



Da ist sie schon wieder, die Zwetschgenzeit. Überall lachen mich vor den Bäckereien und Cafés Schilder mit Zwetschgenkuchen an und in den Netzwerken wird gedatschiet, gestreuselt, gefüllt was das Zeug hält. Ich liebe den Sommer mit seinem Reichtum an Früchten!

Eigentlich wollte ich heute ein altes Rezept für Puddingmuffins aus meiner Unizeit nachbacken, aber dann hatte ich doch Lust auf etwas Saisonales und Zwetschiges. Am Ende wurde es eine Kombi – Haferflockenmuffins mit Zwetschge. Das Rezept ließ sich super veganisieren (ich hatte einfach keine Milchprodukte da), es geht aber genauso gut mit Butter und Saurer Sahne.



Da der Pudding ein bisschen über den Rand laufen kann, ist es

nicht schlecht, für dieses Rezept Muffinpapiere mit größerem Rand zu verwenden, der etwas mehr hochsteht als bei mir.

Für 12 Muffins:

150 g Dinkelmehl Type 1050
100 g Haferflocken (nicht zu grob)
2 TL Backpulver
1 Prise Salz
125 g Margarine (oder Butter)
100 g Zucker
1 Päckchen Vanillezucker
300 g Sojagurt (oder Saure Sahne)
Abrieb einer kleinen Biozitrone
12 Zwetschgen
Mandelblättchen

pudding:

$\frac{1}{4}$ L Milch
 $\frac{1}{2}$ Päckchen Vanillepuddingpulver
1 EL Zucker

Aus den Zutaten für den Pudding nach Packungsanleitung einen Pudding kochen und auskühlen lassen.

Mehl, Haferflocken, Backpulver und Salz in eine Schüssel wiegen und vermischen. Die feuchten Zutaten und den Zucker ebenfalls in eine Schüssel wiegen und verrühren. Dann die trockenen Zutaten zufügen und alles zu einem Teig verrühren.

Die Zwetschgen waschen, trocknen und seitlich der Länge nach aufschlitzen. Den Kern entfernen und beide Hälften an den oberen und unteren Spitzen etwas einschneiden, so dass sich die Zwetschge zu einem Krönchen formen lässt – die Haut ist dabei innen.

Den Ofen auf 160 °C Umluft vorheizen.

Papierförmchen in 12 Muffinformen setzen und den Teig auf die Formen verteilen, dann etwas glatt streichen. Die Zwetschgen mittig in den Teig drücken und jeweils ca. 1–2 TL Pudding in die Mitte des Krönchens geben. Ein paar Mandelblättchen darüberstreuen. Die Muffins ca. 30 Minuten backen, abkühlen

lassen und nach Belieben mit Puderzucker bestreuen.



Ich wünsche euch ein sonniges und genussvolles Wochenende!
Genießt die kulinarischen Freuden des Sommers und macht es
euch schön!

Eure Judith