



Zitronen-Mohn-Cupcakes

mit Zucchini und cremigem Frosting



ca. 40min



3-4 Personen

Ein Blick reicht, um von diesen locker-leichten Cupcakes verführt zu werden! Der Teig ist dank der extra Gemüseeinlage wunderbar fluffig und zugleich zitronig-frisch, und das cremige Frosting mit Crème fraîche und Puderzucker setzt dem Werk die Krone auf. Will man aber wissen, wie sie schmecken, reicht ein Blick natürlich nicht aus: Da muss man schon reinbeißen!

Was du von uns bekommst

- 2 Zucchini
- 300g Weizenmehl ¹
- 2 Päckchen Backpulver
- 2 unbehandelte Zitronen
- 400g Zucker
- 2 Päckchen Vanillezucker
- 2 Päckchen Blaumohn
- 4 Bio-Eier ³
- 3 Becher Crème fraîche ⁷
- 25g Puderzucker

Was du zu Hause benötigst

- 200ml Pflanzenöl
- Salz

Küchenutensilien

- Backofen
- 2 Muffin-Backformen
- 24 Papier-Muffinförmchen
- Handrührgerät
- Küchenwaage
- Messbecher
- Küchenreibe
- Zitruspresse
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Kochtipps

Dieses Rezept ergibt 24 Portionen.

Allergene

Gluten (1), Eier (3), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 226kcal, Fett 15.1g, Kohlenhydrate 20.2g, Eiweiß 2.8g



1. Zutaten vorbereiten

Den Backofen auf 190°C (170°C Umluft) vorheizen. Die **Zucchini** grob raspeln und über einem Sieb möglichst viel Flüssigkeit herausdrücken, dann die **Zucchini raspel** abtropfen lassen. Die Muffinförmchen in den Muffin-Backformen verteilen. **Tipp:** Wer kleinere Muffinformen hat, backt in mehreren Vorgängen und hält den **Teig** im Kühlschrank kühl.



4. Teig zubereiten

Den **Blaumohn**, die **Eier**, **2EL Zitronensaft** und 200ml Pflanzenöl in die **Zucker-Mischung** geben und mit einem Handrührgerät 2-3Min. rühren, bis der **Teig** hell und schaumig wird. Anschließend die **Zucchini raspel** einrühren, dann die **Mehl-Mischung** vorsichtig unterheben.



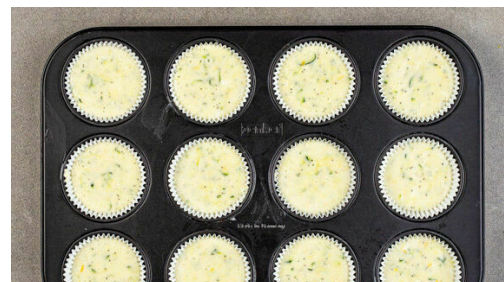
2. Mehl vermengen

240g Mehl mit **2EL Backpulver** und ½TL Salz vermengen.



3. Zucker verrühren

Die **Zitronenschalen** abreiben, dann die **Zitronen** halbieren und auspressen. **240g Zucker** mit dem **Vanillezucker** und der **Zitronenschale** ca. 1Min. verrühren, bis der **Zucker** feucht aussieht und nach **Zitrone** riecht.



5. Cupcakes backen

Die Muffin-Förmchen zu $\frac{2}{3}$ mit dem **Teig** befüllen und im Ofen 18-20Min. backen, bis die **Cupcakes** goldbraun sind. **Tipp:** Für eine Garprobe mit einem Zahnstocher in einen **Cupcake** stechen. Wenn kein **Teig** am Zahnstocher haften bleibt, sind die **Cupcakes** durchgebacken.



6. Frosting zubereiten

Die **Crème fraîche** mit dem Handrührgerät in 2-3Min. schaumig aufschlagen. Den **Puderzucker**, **1EL Zitronensaft** oder **mehr nach Geschmack** und 1 Prise Salz zugeben und 2-3Min. weiter rühren, bis das **Frosting** cremig ist. Die **Cupcakes** abkühlen lassen, aus den Formen nehmen, mit dem **Frosting** bestreichen und servieren.