

# Recept ontbijtmuffins met frambozen

Door Marike van Oh My Pie

Op haar Instagramaccount: [www.instagram.com/oh.my.pie/](https://www.instagram.com/oh.my.pie/)

Om 11.00 uur

Deze ontbijtmuffins zijn gemaakt van voedzame ingrediënten. Ze zijn lekker smeug, fris van smaak én eigenlijk zijn het gewoon mini ontbijttaartjes. Soms heb je van die dagen, weinig tijd en toch behoefte aan een snel ontbijt of iets lekkers voor tussendoor.

Wij maken dan graag deze glutenvrije frambozen muffins met frambozen en een vleugje citroen. Zo maak je van jouw glutenvrije ontbijt een feest! Ik laat je zien hoe je ze maakt! Glutenvrij én lactosevrij genieten maar!



## Ingrediënten

Voor 9 glutenvrije ontbijtmuffins

- 150 g glutenvrij havermeel of rijstmeel\*
- 50 g amandelmeel
- Snufje zout
- Rasp van 1/2 citroen
- 2 tl bakpoeder
- 1 tl vanille-extract
- 110 g (plantaardige) kwark of stevige yoghurt
- 3 eieren
- 60 g ahornsiroop of honing
- 30 g kokosolie of plantaardige boter- gesmolten
- 100 g frambozen
- amandelschaafsel

## Benodigheden

- 9 muffinvormpjes + muffinbakvorm
- Mengkom
- Spatel

## Bereidingswijze

1. Verwarm de oven voor op 170 graden onder- en bovenwarmte of 160 graden hetelucht.
2. Zet de muffinvormpjes klaar.
3. Roer de melen, zout, bakpoeder, citroenrasp en vanille door elkaar. Spatel hier de yoghurt, gesmolten kokosolie of boter, eieren en de ahornsiroop doorheen net zolang totdat je geen klontjes meer ziet.

4. Proef even of je het beslag zoet genoeg vindt. Verdeel het beslag over de muffinvormpjes, vul de vormpjes 2/3 met het beslag. Duw de frambozen in de cakejes. Strooi hier amandelschaafsel overheen.
5. Bak de muffins in zo'n 25 a 30 minuten goudbruin. Laat ze even afkoelen en dan.... genieten maar!
6. Bewaartip! Je kan de glutenvrije ontbijtmuffins zo'n 3 a 5 dagen in de koelkast bewaren of vries deze per plak in.

*\*Kies bij voorkeur een product met het Crossed Grain keurmerk. Indien niet verkrijgbaar met een glutenvrij logo en/of glutenvrije claim.*