

Mandel-Schoko-Muffins (glutenfrei)

Zutaten für 12 Muffins:

- 140 g [Reismehl](#)
- 140 g Mandeln, gem.
- 1 Pr. Salz
- 1 Eßl. [Weinsteinbackpulver](#)
- 1/2 bis 1 Tl. Gewürze (je nach Blutgruppe Anis BG 0, A, B; Kardamom BG 0, A, B, AB; Zimt BG 0 Sekretoren, A, AB; Vanille BG 0 Sekretoren, A, AB)
- 100 g dunkle Schokolade, gehackt
- 1 Apfel, fein gerieben oder Püriert (kann auch mit 2 Eßl. Apfelbrei ersetzt werden)
- 120 g [Agavendicksaft](#) alternative Süße
- 1 Ei
- 100 ml. Walnussöl
- 150 ml. Mineralwasser
- 1-2 Eßl. Aprikosenmarmelade zum Bestreichen der Muffins

Alle trockenen Zutaten vermischen. Die flüssigen Zutaten miteinander vermischen und mit den trockenen Zutaten verrühren. Gehackte Schokolade zum Schluss unterheben. Die [Papierförmchen](#) zu 3/4 füllen. Bei 180° Umluft in den kalten Backofen geben und 25 Minuten backen. Mit Aprikosenmarmelade dünn bestreichen. Noch warm oder kalt servieren.

