

# Möhren-Mandel-Küchlein



Zutaten	1 Stück	12 Stück
Möhren	25 g	300 g
Mandeln (gemahlen)	17 g	200 g
Eier	1/3	4
Agavendicksaft	1/3 EL	4 EL
Backpulver	1 Messerspitze	1 TL
Mandelstifte	5 g	60 g

## Nährwertangaben pro Stück

Kalorien	Eiweiß
171 kcal	6,4 g
Kohlenhydrate	Fett
4,4 g	13,7 g

## Zubereitung

1. Den Ofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.
2. Möhren schälen und mit einer Reibe fein raspeln.
3. Eier und den Agavendicksaft mit dem Rührgerät schaumig rühren.
4. Mandeln mit Backpulver mischen und mit den Möhrenraspeln unter die Eimasse mischen.
5. Ein Muffinblech einfetten oder mit Muffinförmchen auslegen. Den Teig gleichmäßig in die Förmchen verteilen und mit den Mandelstiften bestreuen.
6. Im vorgeheizten Ofen 20-25 Minuten auf mittlerer Schiene backen. Nach der Hälfte der Backzeit mit Alufolie abdecken, damit sie nicht zu stark bräunen.