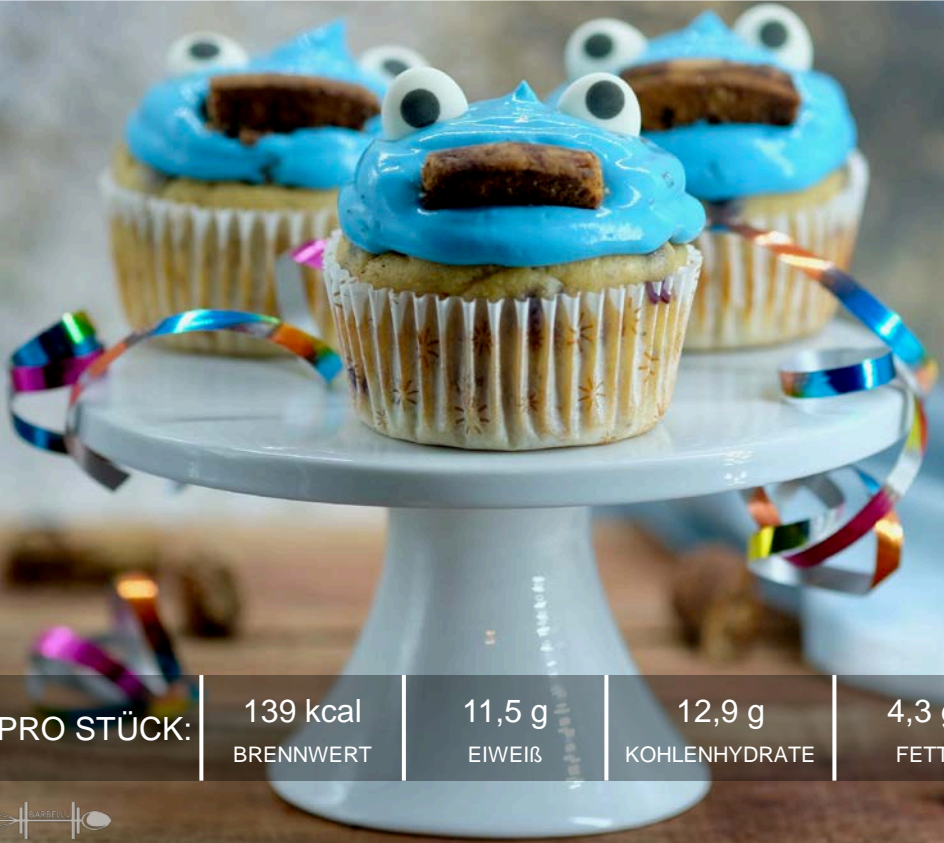


# KRÜMELMONSTER CUPCAKES HEIDELBEER-KOKOS



PRO STÜCK:

139 kcal  
BRENNWERT

11,5 g  
EIWEIß

12,9 g  
KOHLENHYDRATE

4,3 g  
FETT

## ZUTATEN:

WEIDER PROTEIN COOKIE  
„CARAMEL CHOCO FUDGE“

WEIDER GOLD WHEY  
„COCONUT-COOKIE“

DINKELMEHL

KOKOSMEHL

BACKPULVER

EIER

JOGHURT (1,5%)

HEIDELBEEREN

FRISCHKÄSE (4% FETT)

BLAUE LEBENSMITTELFARBE

FLAVOUR DROPS Z.B.  
„BUTTERKEKS“

1 STK.

50 g

80 g

25 g

2 TL

2 STK.

400 g

100 g

200 g

N.B.

N.B.

## ZUBEREITUNG:

1. DEN RAND VOM COOKIE (~2/3) IN 12 KLEINE STÜCKE SCHNEIDEN UND BEISEITE STELLEN. DEN RESTLICHEN COOKIE FEIN ZERKRÜMELN UND MIT MEHL, BACKPULVER UND WHEY VERRÜHREN. ANSCHLIEßEND JOGHURT, EIER, HEIDELBEEREN UND N.B. FLAVOUR DROPS UNTERRÜHREN.
2. DEN TEIG IN 12 MUFFINFÖRMCHEN VERTEILEN UND BEI 180°C FÜR ETWA 25 min. BACKEN.
3. FÜR DAS TOPPING DEN FRISCHKÄSE MIT BLAUER LEBENSMITTELFARBE VERRÜHREN UND NACH BELIEBEN MIT FLAVOUR DROPS ABSCHMECKEN.
4. ANSCHLIEßEND DIE MUFFINS MIT HILFE DER CREME UND DEN COOKIE-STÜCKEN ZU KLEINEN KRÜMELMONSTERN ZAUBERN.

**VIEL SPAß BEIM NACHMACHEN &  
GUTE GAINZ!**



@barbell.i\_kitchen

**WEIDER®**