

## Rührkuchen- und Muffinbaukasten

von Nathalie Claire (NClair@antispe.de)

### Grundrezept

2 T (300 g) Mehl Typ 550  
1 geh. TL Natron  
1 Msp Vanille (optional)  
1 T Sojamilch  
gut 1 1/4 T (250-280 g) Zucker  
1/2 T (1/8 l) Öl (z.B. Sojaöl)  
Öl oder Margarine für die Form

### weitere Zutaten siehe Varianten

- Mehl, Natron und Vanille gründlich mischen.
- Sojamilch, Zucker und Öl mischen, dann mit dem Mehl verrühren (ggf. abweichende Zubereitung bei den Varianten beachten).
- Rührkuchen
- Den Teig in eine sorgfältig geölte Kastenform geben.
- 50-55 min backen bei 220°C (Gas Stufe 3).
- Muffins
- Den Teig auf ein Muffinblech (für 12 Stück) verteilen. Das Blech sollte gut mit Margarine eingefettet oder mit Papierförmchen ausgelegt werden.
- 20-22 min backen bei 220° (Gas Stufe 3).
- Bevor die Muffins bzw. der Kuchen aus der Form genommen werden, 10 min (nicht länger, sonst wird das Gebäck matschig) abkühlen lassen.



**Varianten:** Bananenkuchen (bananenkuchen/), Erdnuß-Bananenkuchen (erdnussbananenkuchen/), Kirschschokokuchen (kirschschokokuchen/), Kiwi-Zitronen-Kuchen (kiwizitronenkuchen/), Marmorkuchen (marmorkuchen2/), Haselnuß-, Mandel-, Kokoskuchen (haselnussmandelkokoskuchen/), Orangen-/Zitronen-Kuchen (orangenkuchen/), Apfel-Zimt-Kuchen (apfelzimtkuchen/), Heidelbeerkuchen (heidelbeerkuchen/) bzw. -Muffins

**Tipp:** Noch lockerer wird der Teig, wenn ein Teil (etwa 1/4-1/3) des Mehls durch Stärke ersetzt wird. - Achim Stößer