



Cupcakes met citroen en maanzaad

met courgette en romige frosting



ca. 40min



2 personen

Citroen en maanzaad vormen een klassieke cakecombinatie. Vandaag maak je er heerlijke cupcakes mee. En om vriend en vijand (lees: de kinderen) voor de gek te houden, verstop je er een goeie portie courgette in. Frosting van poedersuiker en crème fraîche erop en niemand die iets door heeft!

Wat je van ons krijgt

- 1 courgette
- 150g tarwebloem ¹
- 1 zakje bakpoeder
- 1 onbehandelde citroen
- 200g witte suiker
- 1 zakje vanillesuiker
- 1 zakje maanzaad
- 2 eieren ³
- 2 kuipjes crème fraîche ⁷
- 25g poedersuiker

Wat je thuis nodig hebt

- 100ml plantaardige olie
- zout

Kookgerei

- oven
- muffin bakvorm
- 12 papieren muffinvormpjes
- handmixer
- keukenweegschaal
- maatbeker
- keukenrasp
- zeef

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Kooktip

Dit is een recept voor 12 cupcakes.

Allergenen

gluten (1), eieren (3), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 313kcal, vet 15.7g, koolhydraten 40.3g, eiwit 3.0g



1. Ingrediënten voorbereiden

Verwarm de oven voor op 190°C (170°C hetelucht). Rasp de **courgette** grof. Doe de **rasp** in een zeef en druk er zoveel mogelijk vocht uit. Verdeel de muffinvormpjes oven de bakvorm. **Tip:** als je alleen een kleine bakvorm hebt kun je de **cupcakes** in meerdere porties bakken. Houd het **beslag** in dat geval koel in de koelkast.



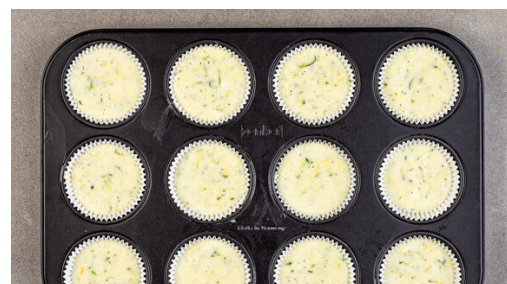
4. Beslag maken

Voeg het **maanzaad**, de **eieren**, **1 el citroensap** en 100ml plantaardige olie toe aan het **suikermengsel** en klop het met een handmixer in 2-3min tot een licht en luchtig **beslag**. Meng met de **courgetterasp** en schep het **bloemmengsel** erdoor.



2. Bloem mengen

Meng **120g bloem** met **2tl bakpoeder** en een flinke snuf zout.



5. Cupcakes bakken

Vul de muffinvormpjes voor $\frac{2}{3}$ met het **beslag** en bak de **cupcakes** in 18-20min goudbruin in de oven. Als je een tandenstoker door het **deeg** steekt, hoort die er schoon weer uit te komen.



3. Suiker mengen

Rasp de **citroenschil** fijn en pers de **citroen** uit. Meng **120g suiker** met de **vanillesuiker** en de **citroenrasp**. Roer ca. 1min totdat de **suiker** een beetje vochtig is en naar **citroen** ruikt.



6. Frosting maken

Klop de **crème fraîche** met de handmixer in 2min luchtig. Voeg de **helft van de poedersuiker**, **1 el citroensap** en een snuf zout toe en klop nog 1min, tot de **frosting** romig is. Laat de **cupcakes** helemaal afkoelen. Neem ze uit de vorm, bestrijk met de **frosting** en serveer.