

Frühstücksmuffins



2 EL eingeweichte Rosinen (ich habe immer welche in einem Rum Wasser Gemisch eingelegt auf Vorrat, geht aber auch in Wasser eingelegt über Nacht) oder du nimmst 2 weiche Datteln (habe ich im Winter auch sehr gerne)
100 Gramm Kokosöl....

Alles weitere bekommst Du über den kostenlosen Newsletter von mir...