



Apfel Muffins No.4

Autor des Rezepts:



Keine Beschreibung vorhanden

Rezept Zutatenliste

Zutaten für 12 Muffins:

-

200 g Vollkorn-Haferflocken

-

150 g Weizenvollkornmehl

-

100 g brauner Zucker

-

1 EL Backpulver

-

1 TL Abgeriebene Zitronenschale

-

1 TL Zimtpulver

-

2 mittlere Äpfel

-

1 Ei

-



2 EL Öl

-

200 ml Apfelsaft

Zubereitungsanweisung

1.

Eine Muffin-Form mit Papierförmchen auslegen.

2.

Die trockenen Zutaten gründlich miteinander vermengen.

3.

Die Äpfel waschen, vierteln und entkernen. Mit der Schale fein stifteln. Unter die trockenen Zutaten heben.

4.

Das Ei in einer weiteren Schüssel leicht verschlagen, Öl und Apfelsaft dazugeben, gut verrühren.

5.

Flüssige Mischung zu den trockenen Zutaten geben und rühren, bis alles gut durchfeuchtet ist.

6.

Teig in die Muffinform geben, dabei die Förmchen bis zum Rand füllen (ca. 2 gehäufte EL pro Muffin).

7.



Bei 175°C Umluft (normal ca. 200°C) 20-24 Minuten backen. Kurz abkühlen lassen.

8.

Die Muffins schmecken auch lauwarm sehr gut.

Anmerkungen

*(Dieses Rezept verdankt die Muffingemeinde der Rezeptzentrale die uns ihre gesamte Muffinrezeptsammlung zur Verfügung gestellt hat. Dafür senden wir einen Muffin-Dank *mumpumpf*)*

Zubereitungszeit	5 Min	Schwierigkeitsgrad	ganz einfach
Portionen	eine Portion	Sonstige Menge	
Land/Region		Kosten pro Portion	