



## Orangen-Kokosnussraspel-Muffins

**Autor des Rezepts:** (Dieses Rezept verdankt die Muffingemeinde Stefani



Keine Beschreibung vorhanden

---

### Rezept Zutatenliste

**Zutaten für 12 Muffins:**

-

200g Mehl

-

100g Zucker

-

80g Kokosnussraspeln

-

150g Sojarahm

-

80 ml Pflanzenöl (neutralschmeckend)

-

150 ml Orangensaft

-

80g Apfelmus

-

1 Orange

-



3 TL Backpulver

-

12 TL Orangenmarmelade

-

(1 Päckchen Orangenback)

---

## Zubereitungsanweisung

### Zubereitung:

1. Apfelmus mit Zucker in einer Schüssel mischen. Folgende Zutaten jeweils einzeln dazugeben und dann mischen: Öl, Orangensaft, Sojarahm, Zitronensaft, kleingewürfelte Orangenstücke.
2. Mehl, (Orangenback), Kokosnussraspel, und Backpulver in einer zweiten Schüssel mischen und dann in die erste hineinrühren.
3. Muffin-Backform mit Papier-Backformen bestücken, auch wenn es eine Teflonbeschichtete Backform ist, denn der Teig klebt sehr stark.
4. Den Teig in die Papier-Backformen füllen. Auf den eingefüllten Teig Orangenmarmelade geben.
5. Backen: Ofen bei 200° Grad vorheizen. Teig bei 180° Grad ca. 20-25 Minuten backen.

---

## Anmerkungen

### Tipp:

Bei süßen Muffinrezepten kann 1 Ei durch 80 g Apfelmus ersetzt werden.  
Man kann aber auch Ei-Ersatz Mittel nehmen oder ein Soja-Ei = 1 EL Sojamehl + 2 EL Wasser

<b>Zubereitungszeit</b>	10 Min	<b>Schwierigkeitsgrad</b>	ganz einfach
<b>Portionen</b>	zwölf Portionen	<b>Sonstige Menge</b>	



## Orangen-Kokosnussraspel-Muffins

<http://www.muffin-welt.com>

---

<b>Land/Region</b>	Deutschland	<b>Kosten pro Portion</b>	
--------------------	-------------	---------------------------	--