

Apfel - Zimt - Muffins

Zutaten für: 12 Stück

2	mittl.	Äpfel etwa 250 g
140	Gramm	Mehl
120	Gramm	Vollkornmehl
2	Teel.	Backpulver
1/2	Teel.	Natron
1 1/2	Teel.	Zimtpulver
1	Pack.	Vanillezucker
80	Gramm	Gehackte Walnüsse
1		Ei
150	Gramm	Brauner Zucker
100	ml	Öl
300	Gramm	Buttermilch

FÜR DEN BELAG

12	Walnußhälften oder gehackte Walnüsse
----	--------------------------------------

Anleitung:

Die Äpfel waschen, schälen, die Kerngehäuse entfernen, die Äpfel halbieren, zuerst in Scheiben und dann in kleine Stückchen schneiden. Das Mehl mit Vollkornmehl, Backpulver, Natron, Zimt, Vanillezucker, gehackten Nüssen und Apfelstücken vermischen. In einer weiteren Schüssel das Ei aufschlagen und leicht verquirlen. Dann den Zucker, das Öl und die Buttermilch dazugeben und alles sorgfältig vermischen. Zuletzt die Mehlmischung hinzufügen und sehr vorsichtig unterheben. Den Teig in die Muffinsform füllen und mit jeweils 1 Walnußhälfte verzieren. Backen bei 180 Grad ca. 20 - 25 Minuten (vorgeheizten Ofen)