

# Heidelbeer - Muffins 1 - 7

Zutaten für: 1 Rezept

260	Gramm	Mehl
3	Teel.	Backpulver
2		Eier
180	Gramm	Brauner Zucker
150	Gramm	Weiche Butter
1	Pack.	Vanillinzucker
300	Gramm	Heidelbeer-Joghurt
200	Gramm	Heidelbeeren

## Anleitung:

Backofen auf 180 °C vorheizen und Blech einfetten. Eier, Zucker, Butter, Vanillinzucker und Joghurt gut verrühren. Mehl und Backpulver dazugeben und unterrühren. Zuletzt die Heidelbeeren vorsichtig unter den Teig heben. Teig in die Förmchen füllen und ca. 20 - 25 Minuten goldgelb backen.

## Variante 2

Zutaten: 200 g Mehl 60 g Haferflocken 2 Teelöffel Backpulver ½ Teelöffel Natron 2 Eier 180 g brauner Zucker 1 Päckchen Vanillinzucker 150 g Butter 300 ml Buttermilch 200 g Heidelbeeren

Zubereitung: Backofen auf 180 °C vorheizen und Blech einfetten. Mehl, Backpulver, Natron und Haferflocken vermischen. In einer zweiten Schüssel Eier, Zucker, Vanillinzucker, Butter und Buttermilch gut verrühren. Mehlmischung zugeben und verrühren. Zuletzt die Heidelbeeren vorsichtig unterheben. Teig in die Förmchen einfüllen und ca. 20 - 25 Minuten backen.

## Variante 3

Zutaten: 200 g Heidelbeeren 30 g Sonnenblumkerne 120 g weiche Butter 4 Esslöffel Zucker 2 Eier 200 g Sauerrahm 200 g Mehl 2 Teelöffel Backpulver 1 Prise Salz

Zubereitung: Backofen auf 200 °C vorheizen und Blech einfetten. Sonnenblumenkerne grob hacken. Butter, Zucker, Eier und Sauerrahm verquirlen. Mehl, Backpulver und Salz mischen und kurz unter die Buttermasse rühren. Zuletzt Heidelbeeren und Sonnenblumenkerne vorsichtig unterheben. Teig in die Förmchen füllen und ca. 20 - 25 Minuten backen.

## Variante 4

Zutaten: 150 g Heidelbeeren 150 g Mehl 75 g Speisestärke 3 Teelöffel Backpulver 100 g gehackte Mandeln ½ Päckchen Zitronenschale 100 g Zucker 1 Päckchen Vanillinzucker 1 Prise Salz 100 ml Milch 150 g Joghurt 50 ml neutrales Öl

Zubereitung: Backofen auf 180 °C vorheizen und Muffinblech gut einfetten. Mehl, Speisestärke, Backpulver, Mandeln und Zitronenschale einer Schüssel mischen. In einer zweiten Schüssel Zucker, Vanillinzucker, Salz, Milch, Joghurt und Öl verquirlen. Alles zu dem Mehlgemisch geben und gut verrühren. Zuletzt die Heidelbeeren vorsichtig unterheben. Teig in die Förmchen füllen und ca. 25 Minuten backen.

## Heidelbeer - Muffins 1 - 7

(Fortsetzung)

Variante 5

Zutaten: 250 g Weismehl 2 Teelöffel Backpulver 150 g Zucker 75 g gemahlene Mandeln 1 Päckli Vanillezucker 250 g Butter 4 Eier, verklopft 200 g Heidelbeeren

Zubereitung: Alle trockenen Zutaten in einer Schüssel mischen. Butter in einer Pfanne schmelzen, leicht auskühlen, mit den Eiern zu den trockenen Zutaten geben, kurz mischen. Früchte beifügen und vorsichtig daruntermischen, Teig in die gefetteten Förmli verteilen. Backen: 30 - 35 Minuten in der unteren Hälfte des auf 180 Grad vorgeheizten Ofens.

Anstelle von Heidelbeeren Himbeeren, Brombeeren oder Johannisbeeren verwenden.

Variante 6

Zutaten: 300 g Mehl 1 Msp. Salz 1 EL Zucker 1 P. Vanillezucker 4 TL Backpulver 1 Ei 1/4 Liter Milch 4 EL Öl 300 g aufgetaute Heidelbeeren

Zubereitung: Mehl, Salz, Zucker, Vanillezucker und Backpulver mischen. Verquirltes Ei, Milch und Öl hinzufügen. Mit dem Knethaken zum Teig verkneten. Die aufgetauten Heidelbeeren vorsichtig unterheben. Je 2 Papierformen ineinander setzen und zu 3/4 mit Teig füllen. Bei 200 Grad ca. 25 min. backen.

Tipp: Dazu schmeckt Butter oder auch Konfitüre.

Variante 7

Zutaten: 250 g Heidelbeeren 125 g Butter 200 g heller Sirup 1 Orange (ungbehandelt) 80 g Crème fraîche oder saure Sahne 150 g gehackte Nusskerne (z.B. Pecannusskerne) 400 g Mehl 1 Päckchen Backpulver 150 g Crème Double 2 Esslöffel Whiskey-Sahnelikör

Zubereitung:

1. Die Heidelbeeren verlesen und auf einem kleinen Tablett im Gefriergerät ca. 20 Minuten bis zur Fertigstellung des Teiges anfrieren lassen.
2. Butter bei schwacher Hitze schmelzen, 80 g Sirup darin unter Rühren auflösen. Die Orangenschale fein abreiben, 4 Esslöffel Saft auspressen. Orangenschale und Orangensaft mit der Crème fraîche unter die Butter rühren.
3. Mehl und Backpulver in eine Schüssel sieben, Buttermischung und Nüsse unterrühren. Dann die gekühlten Heidelbeeren locker unterkneten.
4. Den Teig in die Muffinförmchen füllen und im vorgeheizten Backofen bei 200 °C (Gas 3, Umluft 175°C) auf der zweiten Einschubleiste von unten 25 Minuten backen. Die Crème Double mit dem Likör glattrühren und mit dem restlichen Sirup zu den lauwarmen Muffins servieren.

" Ich wünsche Ihnen stets gutes Gelingen "

Freundlichst Ihr Konrad Heizmann

[www.Heizmanns-Rezepte.de](http://www.Heizmanns-Rezepte.de)