

Möhren - Muffins 1 - 3

Zutaten für: 3 Rezepte

Variante 1

Zutaten:

300	Gramm	Möhren
300	Gramm	Mehl
3	Teel.	Backpulver
2		Eier
150	Gramm	Zucker
100	Gramm	Butter
1	Prise	Salz
200	Gramm	Vanillepudding
1	Teel.	Vanille

Anleitung:

Backofen auf 190 °C vorheizen und Muffinblech gut einfetten. Möhren waschen, schälen und fein reiben. Mehl und Backpulver in einer Schüssel vermischen. In einer zweiten Schüssel Eier, Zucker, Butter, Salz, Vanillepudding und Vanille schaumig schlagen. Mehlgemisch und Möhren dazugeben und unterrühren. Teig in die Förmchen füllen und ca. 20 - 25 Minuten backen.

Variante 2

Zutaten: 100 g Butter 125 g Vollzucker oder Ursüße 1 Prise Meersalz
1 Prise gem. Nelken 1 Prise zerstoßener Koriander 2 Eier 220 g
Vollkornmehl 1/2 P. Weinstein-Backpulver 50 g Hartweizengrieß 220 ml
Buttermilch 200 g geriebene Möhren 50 g halbierte Haselnüsse

Zubereitung: Backofen auf 200 °C vorheizen und Muffinblech gut einfetten. Butter mit Zucker und den Gewürzen schaumig rühren. Eier zugeben und rühren bis eine cremige Masse entsteht. Mehl, Backpulver, Grieß unterheben, Buttermilch zugießen und mit Möhren und Haselnüssen unterrühren. Den Teig in eine Muffinbackform füllen und ca. 25 Minuten backen.

Variante 3

Zutaten: 2 große Möhren 140 g Mehl (Type 405) 100 g Vollkornmehl 2
Teelöffel Backpulver ½ Teelöffel Natron 40 g Haferflocken 2 Eier 120
g Zucker 80 ml neutrales Öl 120 g Joghurt 60 ml Rum

Zubereitung: Backofen auf 190 °C vorheizen und Muffinblech gut einfetten. Möhren schälen und raspeln. Mehl, Backpulver, Natron und Haferflocken in einer Schüssel vermischen. In einer zweiten Schüssel Eier, Zucker, Öl, Joghurt und Rum schaumig schlagen. Mehlgemisch und Möhrenraspeln dazugeben und unterrühren. Teig in die Förmchen füllen und ca. 20 - 25 Minuten backen.