

Apfel-Muffins



Bereich: Ernährung
Kategorie: Süße Küche

Alter: 1-3, 3-5, 5-6, 6-7, 7-8

Küchengeräte

2 Rührschüsseln
Rührlöffel
Küchenwaage
2 Esslöffel
Muffinformen
Zitronenpresse
Gemüseschneidemesser
Küchenreibe
Schneidbrett

Zutaten

Muffins:

100 g (1/2 cup - 3 oz) Feinkristallzucker
1 Pkg Vanillezucker
2 TL (2 teaspoons) Backpulver
1/2 TL (1/2 teaspoon) Zimt
1/2 TL (1/2 teaspoon) Speisesoda (Natron)
1/2 TL (1/2 teaspoon) Salz
60 g (1/4 cup - 2 oz) zerlassene Butter
2 Eier
50 ml (1/5 cup - 1,5 fl oz) Milch
2 Äpfel
1 Karotte
3 EL (3 tablespoons) geriebene Haselnüsse

Zubereitung



1. Vorbereitung:

- Backrohr auf 160° vorheizen.
- Papierformen in die Vertiefungen des Muffinbleches geben.
- Äpfel schälen und vierteln, Karotten schälen.
- Karotten und Äpfel grob raspeln und mit Zitronensaft beträufeln.



2. Trockene Zutaten verrühren:

- Mehl, Zucker, Backpulver, Vanillezucker, Zimt, Speisesoda und Salz miteinander vermischen.



3. Feuchte Zutaten verrühren:

- Eier, flüssige Butter und Milch miteinander verrühren.



4. Vermischen:

- Die Eimasse zur Mehlmischung geben.
- Äpfel und Karotten unterheben.



5. Backen:

- Den Teig in Muffinformen füllen.
- 20 Min - 25 Min bei 160° (Umluft) backen.



6. Genießen:

- Die Muffins aus den Formen nehmen.
- Mit Staubzucker (Puderzucker) bestäuben, anrichten und genießen.

Text: Luise Hosp-Hermann

Fotos: W. Retlaw