Name ......................................................... Klasse ..............

**Getreide**

Datum .......................

**Rezept 3**

**Apfel-Muffins**

**Zutaten** (für 4 Personen):

2 Äpfel

50 g weiche Butter oder

Margarine 4 EL Honig

1 Ei

500 g Weizenvollkornmehl

3 TL Backpulver

250 ml Milch

1 TL Zimt

100 g Rosinen

Puderzucker zum Bestreuen

**So geht’s:**

**Du brauchst noch:**

Rührschüssel

Gemüsereibe

Rührgerät oder Schneebesen 12 Papierförmchen für Muffins Waage

Teelöffel

kleinen Schöpflöffel

Sieb zum Streuen des Puderzuckers Schneidebrett

Gemüsemesser Holzspieß tiefen Teller Küchenkrepp

Backofen auf 200 °C vorheizen (bei Umluft 180 °C, Vorheizen ist nicht nötig).

Apfel waschen, trocken tupfen, vierteln, Kerngehäuse entfernen und grob auf einen tiefen Teller raspeln.

Butter, Honig und Ei mit einem Rührgerät oder Schneebesen schaumig rühren.

Mehl, Backpulver, Milch und Zimt zugeben. Äpfelraspel und Rosinen unterrühren.

Papier-Muffinförmchen auf dem Backblech verteilen.

Teig mit einem Schöpflöffel aus der Schüssel nehmen.

Mit einem Teelöffel den Teig aus dem Schöpflöffel in die Förmchen schieben. Teig gleichmäßig verteilen.

Backblech in die mittlere Schiene des Backofens geben und Muffins 15 bis 20 Minuten backen (Ober- und Unterhitze 200 °C, Heißluft 180 °C).

Muffins mit Puderzucker bestreuen.

Hessisches Ministerium für Umwelt, Klimaschutz, Landwirtschaft und Verbraucherschutz Werkstatt Ernährung 29