

# Karotten-Apfel-Muffins



Wenn ich viele Möhren im Haus habe, backe ich gerne dieses Muffin-Rezept: Karotten-Apfel-Muffins. Da sie nicht so süß sind, finde ich sie ideal, um sie auch meinem Sohn mit in die Pause zu geben, oder nehme sie selbst mit.

## Zutaten für 12 Muffins:

200 g Möhren  
2 Äpfel  
2 Eier  
300 g (Dinkel-)Mehl  
100 g Zucker  
100 g Butter  
4 TL Backpulver  
1 Prise Salz  
etwas Milch

## Zubereitung:

Die Möhren fein raspeln und die Äpfel in kleine Stückchen schneiden.  
Die Eier mit dem Zucker und anschließend mit der Butter schaumig schlagen. Anschließend das Mehl und das Backpulver zugeben und gut verrühren. Dann die Möhren und die Karotten unterheben. Damit der Teig nicht zu schwer wird, einen Schuss Milch hinzugießen. Dann in gefettete Muffin-Förmchen füllen.

**Backen:** bei 180 C ca. 15-20 Minuten

## Tipp:

Ich liebe es, das Weizenmehl durch Dinkelmehl Typ 630 auszutauschen. Dadurch wird es ein wenig nussig. Die Menge an Milch erhöht sich dadurch etwas.

**Guten Appetit und viel Spaß beim Nachbacken!**