

Mohn-Karotten Muffins



Zutaten: 24 Stück

240 g gemahlener Mohn

6 Eier

100 g Zucker

80 g geriebene Mandeln

1 Prise Salz

1 Packung Vanillezucker

500 g Karotten fein geraspelt

100 ml Pflanzenöl

100 g Apfelmus

140 g Dinkelvollkornmehl

1 Packung Backpulver

Schale einer Zitrone

40 g frisch gepresster Zitronensaft

Zubereitung:

Eier trennen und Eiweiß mit einer Prise Salz zu einem steifen Schnee schlagen.

Mohn, Zucker, Vanillezucker, geriebene Mandeln und Karotten in einer großen Schüssel vermengen.

Öl mit Eidotter schaumig rühren und dann die Mohnmasse dazugeben.

Zum Schluss Mehl, Backpulver, Zitronensaft, Zitronenschale, Apfelmus und Schnee unterheben.

Die Masse in die Muffinformen füllen und im vorgeheizten Backrohr bei 180°C ca. 25 Minuten backen.

TIPP

Durch die Karotten erhalten die Muffins Saftigkeit und natürliche Süße.