

Rosinen-Zimt-Apfel-Muffins

für 12 Muffins

glutenfrei zuckerfrei fettfrei sojafrei

Zutaten

trocken

- 100 g Reismehl
- 100 g Maismehl
- 30 g Maisstärke
- 1 Prise Salz
- 3 TL Backpulver
- 1 EL Zimt

feucht

- 250 g netto Äpfel (ca. 3 kleine)
- 300 g Apfelmus oder Apfelmark, ungesüßt
- 150 g Rosinen
(mindestens **4 Stunden vorher**
in 100 g Wasser einweichen)

Zubereitung

- In einer Schüssel mit einem Holzlöffel die trockenen Zutaten miteinander mischen.
- Äpfel waschen, vierteln, Kerngehäuse und Stiel entfernen, Äpfel in feine Stücke schneiden.
- Den Backofen auf 180 °C Umluft vorheizen.
- Apfelmus mit den trockenen Zutaten gründlich vermengen.
- Apfelstücke und Rosinen mit Einweichwasser unterrühren.
- In ein Muffinblech Papierförmchen setzen und großzügig den Teig darauf verteilen. 25 Minuten auf mittlerer Schiene backen, bis die Muffins goldbraun sind. Ofen ausschalten und Muffins noch 5 Minuten in der Nachwärme backen. Aus dem Ofen herausnehmen und nach 5 Minuten Muffins auf einem Gitter abkühlen lassen.

© Rezept von Diana Dammann & Svenja Siedle (03.07.2015)

Rosinen-Zimt-Apfel-Muffins

für 12 Muffins

glutenfrei zuckerfrei fettfrei sojafrei

Zutaten

trocken

- 100 g Reismehl
- 100 g Maismehl
- 30 g Maisstärke
- 1 Prise Salz
- 3 TL Backpulver
- 1 EL Zimt

feucht

- 250 g netto Äpfel (ca. 3 kleine)
- 300 g Apfelmus oder Apfelmark, ungesüßt
- 150 g Rosinen
(mindestens **4 Stunden vorher**
in 100 g Wasser einweichen)

Zubereitung

- In einer Schüssel mit einem Holzlöffel die trockenen Zutaten miteinander mischen.
- Äpfel waschen, vierteln, Kerngehäuse und Stiel entfernen, Äpfel in feine Stücke schneiden.
- Den Backofen auf 180 °C Umluft vorheizen.
- Apfelmus mit den trockenen Zutaten gründlich vermengen.
- Apfelstücke und Rosinen mit Einweichwasser unterrühren.
- In ein Muffinblech Papierförmchen setzen und großzügig den Teig darauf verteilen. 25 Minuten auf mittlerer Schiene backen, bis die Muffins goldbraun sind. Ofen ausschalten und Muffins noch 5 Minuten in der Nachwärme backen. Aus dem Ofen herausnehmen und nach 5 Minuten Muffins auf einem Gitter abkühlen lassen.

© Rezept von Diana Dammann & Svenja Siedle (03.07.2015)