

Muffin



ZUBEREITUNG

Den Ofen vorheizen und die Form ausfetten sowie mit Mehl oder Semmelbröseln ausstreuen. Die Möhren waschen, schälen und fein raspeln. Möhrenraspel, abgeriebene Orangenschale, geriebene Mandeln und gemahlene Haselnüsse sowie Backpulver miteinander vermischen.

Die Eier trennen. Die Eiweiße mit einer Prise Salz steif schlagen. Eigelbe mit dem Zucker schaumig schlagen. Zitronensaft, Öl und die Möhrenmischung unterrühren. Den Eischnee vorsichtig unterheben, sodass die Masse noch luftig bleibt.

Den Teig in die Springform geben. Bei 175 Grad etwa 50 Minuten backen. Oder in Muffin Förmchen füllen (reduzierte Backzeit) und optional mit geschlagenem Rahm mit etwas Zimt verzieren.

ZUTATEN

| | |
|-------------------|----------------------------------|
| 400 Gramm | Karotten mit Schale etc. gewogen |
| 1 TL | Abgeriebene Orangenschale |
| 250 Gramm | Mandeln gemahlen |
| 200 Gramm | Haselnüsse gemahlen |
| 6 Stk | Eier |
| 1 Prise | Salz |
| 250 Gramm | Erythrit |
| 2 El | Zitronensaft oder Orangensaft |
| 50ml | Öl neutrale Sorte |
| 1 TL | Backpulver |
| 1 TL | Natron |
| 1 Päckchen | Lebkuchengewürz |

Arbeitszeit:

50-60 Minuten

Rezept von:

Gabriela Glogg-Hartmann