

Rezept

Griechische Muffins

Ein Rezept von Griechische Muffins, am 11.11.2024

Zutaten

125 g Mehl	1 TL Backpulver
60 g getrocknete Datteln	60 g Walnusskerne
1 Ei	125 g griechischer Joghurt (10 % Fett)
50 g flüssiger Honig	40 ml Öl
Fett für die Form	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 12 kleine oder 6 große Muffins | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 270 kcal

Zubereitung

1. Den Backofen auf 180° (Umluft 160°) vorheizen. Die Muffinmulden fetten und die Form kalt stellen. Mehl und Backpulver in einer Schüssel mischen. Die Datteln entsteinen, in kleine Stücke schneiden und unter die Mehlmischung heben. Die Walnüsse grob hacken.
2. Das Ei mit Joghurt, Honig und Öl verquirlen. Die Mehl-Frucht-Mischung zusammen mit den Walnüssen rasch unterrühren. Den Teig auf die Muffinmulden verteilen.
3. Die Muffins im Backofen (Mitte) 20 Min. (kleine) bzw. 25 Min. (große) backen, herausnehmen und 5-10 Min. in der Form ruhen lassen. Dann die Muffins aus der Form nehmen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.