

Rezept

Joghurt-Orangen-Muffins

Ein Rezept von Joghurt-Orangen-Muffins, am 20.12.2025



Zutaten

- | | |
|--|--|
| 12 Papierbackförmchen | 1 Ei (Größe L) |
| 50 g Puderzucker | 2 Msp. gemahlene Vanille |
| abgeriebene Schale und Saft von 1 unbehandelten Orange | 2 EL Rapsöl |
| 125 g Weizen-Vollkornmehl | 50 g fettarmer Joghurt (1,5 % Fett) |
| 2 EL gemahlene Mandeln | 1/2 TL Backpulver |
| 2 TL gehackte ungesalzene Pistazien | 1 EL Joghurt |

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 6 STÜCK | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 175 kcal

Zubereitung

1. Den Backofen auf 175° vorheizen. Je 2 Papierbackförmchen in einander stellen. Das Ei mit dem Puderzucker, der Vanille, der Orangenschale, 4 EL Orangensaft, dem Öl und dem Joghurt schaumig rühren. Das Mehl mit dem Backpulver und den Mandeln mischen, unterheben.
-
2. Den Teig in die Förmchen füllen. Im Ofen (Mitte, Umluft 160°) ca. 25 Min. backen. Dann abkühlen lassen. Vor dem Servieren den Joghurt glatt rühren. Je einen Klecks auf die Muffins setzen und mit Pistazien bestreuen.