

Rezept

Möhrenmuffins mit Karamellnest

Ein Rezept von Möhrenmuffins mit Karamellnest, am 28.06.2026

Zutaten

FÜR DIE MUFFINS:

100 g Möhren	25 g geschroteter Leinsamen
60 g gehackte Pekannusskerne	90 g gemahlene Haselnusskerne
5 g Ingwer	2 Eier (M)
1 Eigelb (M)	70 g weiche Butter
120 g Zucker	ausgekratztes Mark von ¼ Vanilleschote
1 Msp. gemahlener Kardamom	1 Msp. Zimtpulver
Salz	

FÜR DIE KARAMELLNESTER:

100 g Zucker

AUSSERDEM:

12 Papierförmchen Puderzucker zum Bestäuben (nach Belieben)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 12er-Muffinblech | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min

Zubereitung

1. Den Backofen auf 175° (Umluft) vorheizen. Die Mulden des Blechs mit Papierförmchen auslegen. Für die Muffins die Möhren schälen und fein reiben, mit Leinsamen, Pekan- und Haselnüssen mischen. Ingwer fein würfeln. Eier trennen. Butter, 70 g Zucker und Vanille mit den Quirlen des Handrührgeräts schaumig schlagen. Eigelbe gründlich unterrühren. Dann Ingwer, Kardamom und Zimt hinzufügen.
2. Eiweiße mit übrigem Zucker und 1 Prise Salz steif schlagen. Eischnee auf die Buttermasse setzen, Nuss-Möhren-Mischung darüberstreuen. Alle drei Komponenten mit einem Teigspatel gleichmäßig unterheben. Teig in die Mulden des Blechs füllen und im Ofen 35 - 40 Min. backen. Muffins herausnehmen und kurz abkühlen lassen, dann aus den Mulden lösen und vollständig abkühlen lassen.
3. Inzwischen für die Karamellnester den Zucker in einem Topf langsam schmelzen, dabei nicht rühren, sondern den Topf nur leicht rütteln. Zwei Gabeln Rücken an Rücken legen und in eine Hand nehmen, in den heißen Karamell tauchen und mit schnellen Bewegungen feine Zuckerfäden auf ein Backpapier »spinnen«. Die Fäden zu kleinen Nestern legen und auf oder um die Muffins setzen. Nach Belieben mit Puderzucker bestäuben.