

## Rezept für Zitronen-Karotten-Muffins

### Du brauchst:

- 1 Muffin-Backblech
- 12 Muffin-Papierförmchen
- eine Schüssel für Abfall
- einen Sparschäler
- Messer
- einen Löffel
- ein Schneidebrett
- eine Standreibe
- ein Trinkglas
- drei Schüsseln für Zutaten
- eine große Teigschüssel
- Mixer mit Quirlen
- einen Teigschaber

### Zutaten:

- 2 Eier
- 100 g Zucker
- 1 Zitrone (bio)
- 180 g Karotten
- 180 g Joghurt
- 80 ml Öl
- 280 g Mehl
- 1,5 Teelöffel Backpulver
- 1 Prise Salz

### Zubereitung:

1. Papierförmchen in die Mulden des Muffin-Backbleches legen. Den Ofen vorheizen auf 160 °C Umluft.
2. Die gelbe Schale der Zitrone mit der Standreibe fein abreiben und beiseitestellen.
3. Die Karotten schälen und auf der Standreibe fein raspeln und beiseitestellen.
4. Die Eier am Rand des Trinkglases aufschlagen und das Innere des Eis in das Glas gleiten lassen. Hinein gefallene Eierschalen herausnehmen.
5. Die Teigschüssel auf die Waage stellen, und die „nassen“ Zutaten (Eier, Karottenraspeln, Öl und Joghurt) nacheinander hineingeben. Zwischendurch immer wieder auf „Tara“ drücken. Alle nassen Zutaten mit dem Mixer verrühren.
6. Die trockenen Zutaten (Mehl, Zitronenschale, Backpulver, Salz und Zucker) in einer mittelgroßen Schüssel abwiegen und mit einem Löffel mischen.
7. Die trockenen Zutaten in die große Teigschüssel mit den feuchten Zutaten geben und mit dem Mixer verrühren.
8. Den Teig auf die Muffin-Förmchen verteilen. Die Förmchen nicht ganz voll machen.
9. Das Muffin-Backblech auf ein Gitterrost stellen und ca. 20 Minuten bei 160 °C backen.
10. **Beim Herausnehmen des Muffin-Backblechs unbedingt Backhandschuhe tragen!**
11. Stäbchentest: Einen Zahnstocher in einen Muffin stecken und wieder herausziehen. Wenn kein nasser Teig daran klebt ist der Muffin fertig.