

## Muffins ohne Zucker

ab 10. Monat

### Zutaten

- 2 Äpfel
- 2 Eier
- 50 ml Rapsöl
- 150 g Naturjoghurt
- 90 g Apfelmark
- 230 g Dinkelmehl
- 2 TL Weinstein-Backpulver



### Zubereitung:

1. Schäle die Äpfel, entferne das Kerngehäuse und schneide sie in kleine Würfel.
2. Rühre die Eier mit dem Öl schaumig. Gib den Joghurt und Apfelmark hinzu und mixe alles auf höchster Stufe deines Mixers. Hebe das Mehl, das Backpulver und die Apfelwürfel unter.
3. Fette eine Muffinform und verteile den Teig gleichmäßig darin.
4. Backe die Muffins 35 Minuten bei 170 Grad Ober-/Unterhitze.

### Unsere Empfehlung für Dich:



**BACKEN FÜR KLEINE HÄNDE**  
MUFFINS, SNACKS, BROT & BRÖTCHEN  
GANZ OHNE INDUSTRIEZUCKER

» ZUM SHOP

erhältlich unter <https://www.familienkost.de/shop/>