

Rezept Zucchini-Muffins

Gemüse mal anders...

Zutaten:

Zutaten für ca. 20 Muffins:

3 Eier

250 g Zucker

150 g Öl

250 g Mehl

1 Pck. Backpulver

1 TL Zimt

200 g Hasel- oder Walnüsse

300 g Zucchini

200 g dunkle Schoko-Kuvertüre

Zubereitung:

Den Zucker zusammen mit dem Öl und den Eiern in einer großen Rührschüssel mit dem Rührgerät schaumig schlagen. Das Mehl mit dem Backpulver und dem Zimt vermengen und die Haselnüsse untermischen.

Diese Mehlmischung gut mit der Zucker-Eier-Masse verrühren.

In der Zwischenzeit den Backofen auf 160° (Umluft) vorheizen.

Als letzten werden noch die Zucchini gewaschen, je nach Wunsch geschält und anschließend in den Teig geraspelt. Erneut gut umrühren.

Diese Teig-Mischung für die Zucchini-Muffins in die mit Butter eingeriebenen Muffins-Formen geben und im Ofen ca. 20 bis 30 min backen lassen. Die Backzeit ist hier natürlich abhängig von der Größe der Muffins-Formen.

Nach der Backzeit die Zucchini-Muffins kurz auskühlen lassen, vorsichtig aus der Form lösen und auf ein Kuchengitter legen. Die Kuvertüre während dessen über einem heißen Wasserbad schmelzen lassen und über die abgekühlten Zucchini-Muffins geben.

Selbstverständlich kann statt der Muffins auch ein Kuchen nach diesem Rezept gebacken werden, einfach die gleiche Menge an Zutaten verwenden und anschließend in eine Napfkuchenform füllen.

Die Backzeit verlängert sich hier auf ca. 45 min.

Da der Kuchen durch die Zucchini sehr saftig ist, hält sich der Kuchen problemlos einige Tage ohne trocken zu werden.

Wer im Supermarkt keinen griechischen Joghurt erhält, kann diesen auch mit einem kleinen „Trick“ durch handelsüblichen Naturjoghurt ersetzen:

3,5%-igen Joghurt in einen Kaffefilter füllen und abtropfen lassen, der trockene Joghurt kann jetzt wie oben beschrieben zu Tzatziki verarbeitet werden.

[Zurück zu den Gemüse- und Beilagenrezepten](#)

[Zurück zu den Muffinrezepten](#)