

Schoko-Nuss-Mandel-Orangen-Törtchen

Back-Rezepte für Schoko-Nuss-Kuchen, Nuss-Mandel-Muffins, Mandel-Orangen-Muffins

Muffins sind gut zum Einfrieren geeignet. Die Törtchen sind ca. 2 Monate im Tiefkühlschrank haltbar. Zum Auftauen einige Minuten bei ca. 200 Grad in den Backofen stellen.

Muffins sind ein vielseitiges Gebäck, der Grundteig besteht aus Mehl, Öl, Backpulver, Eiern und Milch. Damit der Teig schön locker wird, kann die Milch durch Buttermilch, Joghurt oder Dickmilch ersetzt werden.

Der Teig sollte nicht zu lange gerührt werden und nicht lange stehen bleiben. Sondern zügig verarbeitet und gebacken werden. An Geschmacksvariationen sind der Fantasie keine Grenzen gesetzt. Mit Aromen und Zugaben wie Vanillie, Rum, Mandel, Zimt, Haselnüsse, Schokotröpfchen, Trockenfrüchte, Mandelstifte, Obst, Tiefkühlbeeren. Bekannt sind die Blaubeer-Muffins.

So bekommt der Muffinteig immer wieder neue Geschmacksrichtungen. Sehr interessant, speziell für Kinder sind die Möhrenmuffins, geraspelte Möhren mit etwas Zitronensaft unter den Teig mischen. Auch die Verzierung der Muffins-Törtchen bleibt jedem Geschmack selbst überlassen. Zuckerguss, Schokoladenüberzug, Puderzucker, Lebensmittelfarbe sind nur einige Möglichkeiten der Dekoration.

Nüsse und Mandeln sind wertvolle Nahrungsmittel. Sie enthalten Kohlenhydrate, hochwertiges Eiweiß, Vitamin B1, B2, B6 und Niacin. Desweiteren Mineralstoffe wie Phosphor, Kalium und Magnesium. Außerdem sind Nüsse und Mandeln reich an pflanzlichem Fett, welches reichlich Vitamin E liefert. Vitamin E schützt Muskeln und Gelenke und begünstigt die Aufnahme von lebenswichtigen Fettsäuren. Zudem ist Vitamin E ein gutes Antioxidansien, das heißt, es schützt die Zellen gegen Krebs. Um eine lange Haltbarkeit von Nüssen und Mandeln zu gewährleisten, sollten sie trocken und luftig gelagert werden.

Für 24 Muffins-Törtchen brauchen Sie:

1/4 Liter Sonnenblumenöl

200 gr Zucker

2 Päckchen Vanillezucker

5 Eier

1/8 Liter Milch

500 gr Mehl

1 Päckchen Backpulver

1 Prise Salz

abgeriebene Orangeschale

1 Teelöffel Zimt

75 gr Haselnüsse

75 gr Schokolade

24 Papierbackformen

Öl, Zucker, Vanillezucker verrühren. Anschließend Eier, Milch, Salz und Orangeschale dazugeben und alles miteinander verrühren. Mehl, Backpulver, Zimt, Haselnüsse mischen und unter die Masse geben und gut verrühren. Die zerkleinerte Schokolade untermischen. Nun den Teig in die Förmchen geben. Die Förmchen nicht zu hoch einfüllen, der Teig vergrößert sich durch Backvorgang.

Backen bei ca. 180 Grad - ca. 20 Minuten

Mandel-Orangen-Muffins

Zutaten für 24 Muffins-Törtchen

1/4 Liter Sonnenblumenöl

150gr Zuckerrübensirup

100 gr Zucker

2 Päckchen Vanillezucker

6 Eier

600 gr Mehl

1 1/4 Päckchen Backpulver

1 Prise Salz

abgeriebene Schale von einer Zitrone oder Zitronat

abgeriebene Schale von einer Orange oder Orangenat

2 Teelöffel Zimt

150 gr gemahlene Mandeln

Saft von 2 Orangen

24 Papierbackförmchen

Öl, Zuckerrübensirup, Zucker, Vanilliezucker verrühren. Eier, Salz, Zitronenschale/Zitronat, Orangenschale/Orangenat, Zimt und Mandeln dazugeben und alles miteinander verrühren.

Orangesaft hinzufügen. Mehl und Backpulver mischen, unter die Masse heben und alles gut durchrühren.

15 Minuten ruhen lassen. Nun in die Backförmchen füllen. Auch hierbei darauf achten, dass die Förmchen nicht bis an den Rand befüllt werden, die Törtchen vergrößern sich noch durch den Backvorgang.

Backen: ca. 180 Grad - ca. 20 Minuten