

## Müsli-Muffins

Dieses PDF Rezept wurde von [www.backrezepte24.de](http://www.backrezepte24.de) heruntergeladen

Sonstiges

Müsli

\* (für etwa 20 Riegel)

50 g Haselnüsse

50 g Kürbiskerne

100 g Feigen

50 g Trockenpflaumen

2 Äpfel

50 g Sonnenblumenkerne

150 g Weizenvollkornmehl

150 g Haferflocken

250 ml Wasser

100 g Rosinen

Haselnüsse, Kürbiskerne, Feigen und Trockenpflaumen grob hacken, Äpfel raspeln. Mehl und Haferflocken in eine Schüssel geben. Wasser, Öl und die übrigen Zutaten untermischen, mit Salz, Honig und Zimt abschmecken und alles zu einem Teig verkneten. Ein Backblech mit Backpapier auslegen und den Teig gleichmäßig ausstreichen. Im vorgeheizten Ofen bei 180°C 30 Minuten backen. Den noch warmen Teig in Portionen schneiden und auskühlen lassen. \*\*

Gepostet von Frank Haberland Date: Wed, 19 Apr 1995