



## AFRIKA

### Apelsinmuffins

Recept för 20 små muffins

#### Ingredienser

1 stor morot  
Saften och skalet från 1 ekologisk apelsin (gärna blodapelsin!)  
4 dl vetemjöl, gärna fullkorn  
2 tsk bakpulver  
0.5 tsk salt  
4 ägg  
1 dl socker  
1 dl olja

#### Redskap

Potatisskalare  
Rivjärn  
Liten kniv  
2 skålar  
Decilitermått  
Teskedsmått  
Elvisp  
Slickepott  
Slev  
20 små muffinsformar

#### Gör så här

Sätt på ugnen på 200 °C.

Sätt ut muffinsformarna på en plåt.

Skala och riv moroten. Skölj apelsinen noggrant och riv skalet. Dela därefter apelsinen och pressa r saften.

Mät upp torra ingredienserna (mjöl, bakpulver, salt) i en skål och blanda.

Knäck ägg i en ny bunke och häll i socker. Vispa ägg och socker pösigt med elvispen.

Blanda ner riven morot, apelsinskal och apelsinsaft samt rapsoljan i äggsmeten.

Häll mjölblandningen i äggsmeten och blanda.

Fördela smeten i muffinsformarna och grädda i mitten av ugnen i ca 15 minuter.

