



# Orangen-Vanille Muffits

## Zutaten

Für ca. 6 Muffits benötigst Du:

Für den Teig:

- 1 Packung Muffit Vanille Grundteig hier erhältlich
- 130 g Magerquark
- 1 Bio-Orange (1/2 für den Teig, 1/2 für das Frosting)

Für das Frosting:

- 50 g Joghurt Frischkäse
- 75 g Quark (20 % Fett)
- optional 15 g Erythrit



## Zubereitung

1. Bereite den Muffit Vanille-Teig nach Packungsanweisung zu und füge die geriebene Schale einer halben Bio-Orange hinzu.
2. Teile den Teig auf 6 Silikon-Förmchen auf und backe diese für ca. 24 Minuten bei 175 Grad Ober- und Unterhitze.
3. Wenn die Orangen-Muffits nach dem Backen ausgekühlt sind, können diese mit einem Apfel-Entkerner oder einem Messer in der Mitte ausgehüllt werden, um Platz für die Creme-Füllung zu schaffen.
4. Rühre aus dem Frischkäse, den 75 g Quark, der Süße deiner Wahl und der restlichen geriebenen Orangenschale das Frosting an und befülle die Muffits damit — bis zum Servieren im Kühlschrank luftdicht aufbewahren und genießen.

## Nährwerte pro Stück:

107 kcal

1,8 g  
verwertbare  
Kohlenhydrate

11,5 g  
Eiweiß

4,9 g  
Fett