

Gemüsemuffins

ERGIBT 12 STÜCK

Zubereitung: 30 Min.+ Backzeit: 20 Min.

220 g Weizenmehl (1050er)

2 Tl Backpulver

½ Tl Natron

1 Tl Salz

2 Stangen Frühlingslauch

150 g Karotten

6 Kirschtomaten

100 g Fetakäse

1 Ei

200 g Joghurt

100 ml neutrales Öl

- 1** Mehl mit Backpulver, Natron und Salz mischen. Lauch in Ringe schneiden. Karotten grob raspeln. Tomaten halbieren. Käse zerbröseln.
- 2** Ei mit Joghurt und Öl verschlagen. Mehlmischung, Karotten, Lauch und Käse unterheben. Mulden eines Muffinblechs mit Papiermanschetten auslegen. Teig gleichmäßig einfüllen. Glatt streichen. Je eine Tomatenhälfte leicht hineindrücken.
- 3** Bei 200 Grad (Umluft 180) circa 20 Minuten backen.

