

# Muffins Rezepte

## Gemüsemuffins

Anzahl: 12 Muffins

Gattung: Backen, Gemüse, Muffin, Pikant

---

|       |           |                                    |       |  |                          |
|-------|-----------|------------------------------------|-------|--|--------------------------|
| 1     | kleine    | Zwiebel                            |       |  | - Muffins werden dadurch |
| 1     | Essl.     | Bratbutter                         |       |  | lockerer                 |
| 3     |           | Zweige Pfefferminze                |       |  | Salz                     |
| 1     |           | Junge Zucchini                     |       |  | Pfeffer                  |
| 1     | mittelgr. | Rüebli                             | 2     |  | Eier                     |
| 250 g |           | Mehl                               | 50 g  |  | Butter                   |
| 2,50  |           | geh. TL Backpulver                 | 75 g  |  | Parmesan; gerieben       |
| 1/2   |           | geh. TL Natron; nach Belieben, die | 250 g |  | Buttermilch              |

---

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. Ein Muffinblech einfetten oder mit Papierförmchen füllen.

Zwiebel schälen und fein hacken. In der Bratbutter hellgelb dünsten. Auf Haushaltapier abkühlen lassen.

Pfefferminzblätter fein hacken. Zucchini in kleinste Würfelchen (Brunoise) schneiden. Rüebli an der Bircherraffel fein reiben. Diese drei Zutaten mit Mehl, Backpulver und nach Belieben Natron mischen. Salzen und pfeffern.

Die Eier verquirlen. Die Butter schmelzen und mit den Zwiebeln, dem Parmesan und der Buttermilch unter die Eier mischen. Die Gemüse Mischung unterziehen. Den Teig in die Muffinsförmchen füllen.

Die Muffins im 180 Grad heißen Ofen auf der zweituntersten Rille während zwanzig bis dreißig Minuten backen. Die Nadelprobe machen: Bleibt kein Teig mehr haften, sind die Muffins gar. Herausnehmen und sofort servieren.

Tipp: Trockene Zutaten (Mehl usw.) sollten immer zuerst separat und erst dann mit den flüssigen (Eier, Milch usw.) gemischt werden, sonst wird der Muffinteig zäh.