



Herzhafte Frühstücksmuffins

Zutaten

- 150 g Gouda, mittelalt
- 60 g Frühlingszwiebeln
- 250 g Dinkelmehl
- 2 TL Backpulver
- 1 TL Natron
- 2 TL MAGGI Würzmischung 6 - Pasta & Pizza
- 150 g Schinkenwürfel
- 2 Ei(er)
- 100 ml Wasser
- 100 ml Milch, 1,5% Fett
- 100 ml THOMY Reines Sonnenblumenöl

Zubereitung

1. Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze (170°C Umluft) vorheizen.
2. Gouda entrinden und in Würfel schneiden. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in Ringe schneiden.
3. Dinkelmehl in eine Rührschüssel geben, mit Backpulver, Natron und MAGGI Würzmischung mischen. Schinkenwürfel, Käsewürfel und Frühlingszwiebeln locker darunter mischen.
4. In einer zweiten Schüssel Eier, Wasser, Milch und Sonnenblumenöl verrühren, zur Mehlmischung geben und kurz unterrühren. Den Teig in eine Silikon-Muffinform füllen und im Backofen ca. 25 Min. backen.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	16 g
Energie	206 kcal
Fett	12 g
Protein	9 g

🕒 50 Minuten

⊕ 12 Stück