

## Gemüsemuffins



### Zutaten für 12 Stück:

250 g geriebener Käse (z.B. Gouda)  
260 g Mehl  
2 TL Backpulver  
2 Eier  
350 ml Milch  
125 g Mai  
½ rote Paprika  
eine Handvoll Babyspinat  
Salz und Pfeffer

### Zubereitung:

Den Backofen vorheizen auf 180° C Ober-/Unterhitze. Mehl, Backpulver, Salz und Pfeffer mischen. Die Eier mit dem Handrührgerät kurz verquirlen, dann die Paprika würfeln und ebenso wie Mais, Blattspinat und Milch unter-mischen. Den Käse zugeben und ebenfalls unterheben. Das Muffinblech einfetten und die Masse gleichmäßig in den Mulden verteilen. Etwa 25 Minuten backen, bis sie goldbraun sind.

Rezept: Monique Ascanelli, Foto: Kirstin Oelgemöller