

Haidehof Rezepte 2023

Kalenderwoche: 20



GUT
HAIDE
HOF

Pikante Spinatmuffins

12 Stück

200 g Blattspinat
1-2 Knoblauchzehen oder frischer Knoblauch, fein gehackt
1 TI Salz
1/2TI Pfeffer
200g Käse kräftig im Geschmack, gerieben
2 Eier verquirlen
100g flüssige Butter
250 ml Milch
250 g Mehl
3 TI Backpulver
Öl oder Butter zum einfetten des Muffin Blechs

1. Die Muffinform Ausbuttern und mit Mehl bestäuben.
2. Den Backofen auf 180 C Ober- und Unterhitze vorheizen.
3. Den Spinat für 1 Min. blanchieren, abgießen, gut ausdrücken und klein hacken. Den Knoblauch, Salz, Pfeffer untermengen. Die Milch mit den Eiern und der Butter gut verrühren. Die Mischung unter die Spinat Masse heben, das Mehl, Backpulver und den Käse vermengen. Den Teig, er soll etwas feucht sein, in die Förmchen füllen und im Ofen ca.. 25 Minuten backen.

Weitere Rezepte und Ideen finden Sie auf [Spoon _n_apron](#)

