

Italienische - Muffins mit Avocadocreme

Zutaten für: 12 Stück

		Je 1 kleine grüne und rote Paprikaschote
2	klein.	Zwiebeln
2		Knoblauchzehen
125	Gramm	Mozzarella-Käse
4	Zweige	Oregano
150	Gramm	Mehl
100	Gramm	Vollkornweizenmehl
2	Teel.	Backpulver
1-2	Teel.	Salz
1		Ei
50	ml	Olivenöl
250	ml	Buttermilch
100	Gramm	Passierte Tomaten (Packung)
		Fett für die Förmchen
200	Gramm	Tomaten
2		Avocados
1	Essl.	Zitronensaft
	Einige	Tropfen Tabasco
20	ml	Instant Gemüsebrühe

Anleitung:

Grüne Paprika waschen, entkernen. 1 Zwiebel und eine Knoblauchzehe abziehen. Den Knoblauch zerdrücken, Zwiebel, Paprika und Mozzarella würfeln. Oregano waschen, trockenschütteln und hacken. Beide Mehlsorten mit Backpulver, Salz und Oregano mischen. Gemüse und Käse zugeben. Ei in einer zweiten Schüssel mit Öl, Buttermilch und passierten Tomaten verquirlen. Mit einem Löffel locker unter das Mehl ziehen (es soll kein glatter Teig entstehen). In gefettete Muffinförmchen geben. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 200 C, Gas: Stufe 3, Umluft: 180 C) 30 - 35 Minuten backen. Für den Dip Tomaten überbrühen, abschrecken, häuten und entkernen. Rote Paprika waschen und putzen, beides würfeln. Restliche Zwiebel und Knoblauch abziehen. Zwiebel fein würfeln, Knoblauch zerdrücken. Avocados halbieren, den Stein herauslösen und das Fruchtfleisch herauslöffeln. Mit Zitronensaft, Knoblauch, Zwiebel, Tabasco und Brühe pürieren. Die Gemüsewürfel unterrühren. Mit Salz würzen. Geben Sie den Avocadokern unter die Masse, sonst verfärbt sich die Creme.