

## Knoblauch - Kräuter - Muffins

Zutaten für: 1 Rezept

4		Knoblauchzehen
1	Bund	Gemischte Kräuter
1		Zwiebel
100	Gramm	Gekochter Schinken
250	Gramm	Mehl 405 oder Vollkornmehl
2	Teel.	Backpulver
1/2	Teel.	Natron
1/4	Teel.	Salz
		Schwarzer Pfeffer
2		Eier
50	ml	Olivenöl
20	Gramm	Geriebener Käse
1/4	Ltr.	Milch
		Frisch geriebener Emmentaler (zum Bestreuen)
1	Essl.	Butter (für die Muffinform)

### Anleitung:

Die Knoblauchzehen schälen und hacken. Die Kräuter waschen und hacken. Die Zwiebel schälen und in sehr kleine Würfel schneiden. Den Schinken in sehr kleine Würfel schneiden. Das Mehl in eine Schüssel geben und mit Backpulver, Natron, Salz und frisch gemahlenem Pfeffer vermischen. Die Knoblauchwürfel, Kräuter, Zwiebelwürfel und den Schinken mit den trockenen Zutaten vermischen. Die Eier in einer zweiten Schüssel verquirlen. Das Öl, den Käse und die Milch dazugeben und gut verrühren. Die Mehlmischung hinzufügen und nur so lange rühren, bis die trockenen Zutaten feucht sind. Das Muffinblech einfetten, den Teig bis zu zwei Drittel Höhe in die Muffinförmchen einfüllen und mit dem geriebenen Käse bestreuen. 20-25 Minuten backen, herausnehmen und 5 Minuten in der Form ruhen lassen. Danach herauslösen und warm oder kalt servieren.