

# Kürbis - Muffins 1

Kategorien: Muffin, Gemüse

Zutaten für: 12 Stück

150	Gramm	Mehl
60	Gramm	Vollkornmehl
1	Teel.	Backpulver
1	Prise	Salz
		Ger. Muskatnuss
60	Gramm	Geh. Walnüsse
1		Ei
60	ml	Öl
160	ml	Butter oder Margarinemilch
250	Gramm	Süßsauer eingelegter Kürbis (Glas)
200	Gramm	Frischkäse
2	Teel.	Milch

## Anleitung:

1. Backofen auf 190 Grad (Umluft 170 Grad) vorheizen. Mehlsorten mit Backpulver, Salz, Muskat und Nüssen in einer Schüssel verrühren.
2. Das Ei mit dem Öl und der Butter oder Margarinemilch verquirlen, die Mehlmischung dazu geben und alles mit einem Rührlöffel nur so lange verrühren, bis alle trockenen Zutaten befeuchtet sind.
3. Den Kürbis gut abtropfen lassen, klein schneiden und unterheben.
4. Papierbackförmchen in eine Muffeinsform setzen, Teig hinein geben. Muffeins 22- 25 Min. backen. Auf einem Gitter auskühlen lassen.
5. Den Frischkäse mit etwas Milch glatt rühren, in einen Spritzbeutel mit Sterntülle füllen und die Muffeins damit verzieren. Evtl. mit Kürbisgesichtern (Zucker- Dekorprodukte) verzieren.

Zubereitungszeit ca. 25 Minuten Backzeit: ca. 25 Minuten bei 90 Grad (Umluft 170 Grad Pro Stück 210 kcal Eiweiß: 6 Fett: 14 g. Kohlenhydrate: 14 g

EXTRA- INFO Den Spritzbeutel können Sie gut mit Frischkäse füllen, wenn Sie ihn mit der Spitze nach unten in einen Rührbecher stellen. Rand nach außen krepeln, Beutel befüllen und zudrehen.