

Saqgez - Muffeins Gf

Zutaten für: 24 Stück

2	Teel.	Senfkörner +
1	Essl.	Korianderkörner +
1	Teel.	Kreuzkümmel +
1		Chilischote (trocken)+
1	Essl.	Kurkuma +
2	Essl.	Sesamseed ungeschält zusammen rösten, bis sie Springen, Deckel drauf + 1- 2 min , dann Runter von der Hitze
1	Handvoll	Lauch/Porree kleingewiegt in
1	Teel.	Deli Margarine auf der Hitze angegünstet. , Ausschalten , runter nehmen , auf der Rest Hitze 1 trockene Pfanne stellen + da rein
1	Tasse	TK Erbsen, ab + zu schütteln, die Pfanne Die angerösteten Körner mit
1	Tasse	Sojabohnen +
1	Teel.	Maiskörner (keinen Popkorn) +
1	Teel.	Kidney Bohnen +
100	Gramm	Buchweizen mahlen + mit
1	Tüte	(17 g) Weinsteinbackpulver +
1	Teel.	Vollrohrzucker +
2	Teel.	Kräutersalz +
1	Teel.	Meersalz verrühren +
4	Tassen	Kohlensäurehaltiges Mineralwasser vermischen +
20		Schwarze kernlose Oliven (Lake) +
1		Piri Piri (scharfe Chilischote eingelegt) Kleingewiegt , dazu Dann die Erbsen + Lauch dazu
200	Gramm	Frisch geraspelten Gauda 48 % alles zusammen Verrühren Wahrscheinlich muss noch
1	Teel.	Kohlensäurehaltiges Mineralwasser dazu gegeben Werden, es dickt sehr nach , die Bohnen Brauchen viel

Anleitung:

In ausgefettete , oder mit Papierförmchen ausgelegte 2 Muffeins
Bleche a 12 Stück füllen

Bei 160°C Umluft ohne vorheizen , 30 min backen . Ohne Umluft, mit
vorheizen ca 170 - 190°C , 15-20 min backen

PS: Da wir "alle" die Gewohnheit haben , gleich, wenn die aus dem
Ofen kommen, eines zu versuchen, dies sollte man bei diesen bei
diesen lieber lassen, auch wenn wir die üblichen 10 min gewartet
haben, damit sie sich ein wenig verfestigen. Sie sind dann immer
noch, klitsch, oder feucht der Teig , + schmeckt noch nach
"Hülsenfrucht, den Geschmack wird jeder/jede kennen, denn wir
"müssen" ja immer abschmecken. + sind natürlich, dann enttäuscht,
aber es bringt nichts , die länger zu backen, als gewöhnlich. Bitte
habt etwas Geduld , wenn diese nur noch lau , fast abgekühlt sind,
sind sie innen trocken, (Teig) , + der Hülsengeschmack ist weg ,
neutral.