

Shrimps - Muffins

Zutaten für: 1 Rezept

1		Schalotte
1		Möhre
1-2	Essl.	Öl
50	Gramm	Mehl
150	Gramm	Shrimps
1/4	Teel.	Koriander
1/2	Teel.	Paprikapulver (edelsüß)
		Salz, Pfeffer
1-2	Essl.	Frische oder 1-2 TL getrocknete Kräuter -- (Petersilie oder Schnittlauch)
2 1/2	Teel.	Backpulver
3/4	Teel.	Natron
1		Ei
60	ml	Pflanzenöl oder 100 g weiche Butter
230	Gramm	Crème fraîche oder saure Sahne
50	ml	Weißwein
1	Essl.	Zitronensaft
		Fett für das Blech

Anleitung:

Den Backofen auf 200 °C vorheizen. Die Vertiefungen der Muffin-Kastenform einfetten. Die Schalotte schälen und fein hacken. Die Möhre waschen, schälen und raspeln. Beides zusammen in Öl kurz andünsten; beiseite stellen. In einer mittelgroßen Schüssel das Mehl mit Shrimps, Gewürzen und Kräutern, Backpulver und Natron sorgfältig vermischen. In einer weiteren Schüssel das Ei leicht verquirlen. Öl oder Butter, Crème fraîche oder saure Sahne, Wein, Zitronensaft und Gemüse hinzufügen und alles gut verrühren. Zuletzt die Mehlmischung vorsichtig unterheben. Den Teig in die Blechvertiefungen füllen. Im heißen Backofen auf der mittleren Schiene 25-30 min. backen. Die Muffins 2-3 min. im Backblech ruhen lassen, dann aus den Förmchen nehmen und noch warm servieren.

Tipp: Die Shrimps können frisch, tiefgekühlt oder aus der Dose sein. Wahlweise kann man auch Garnelen oder Krabben verwenden.

ElkJoes Muffin Paradies - <http://www.muffin-paradies.de> Copyright
2002 by ElkJoe