

Pfifferling-Gemüse Muffin



(Zutaten für zwei Personen)

Zutaten

300g Pfifferlinge oder Steinpilze
200g Zucchini
1ne mittlere Zwiebel
1ne Knoblauch Zehe
2 Möhren
200g Mehl
2 Eier
100g Quark
etwas Milch
Parmesan Käse
2 Pack Backpulver
Salz, schwarzen Pfeffer, etwas Kümmel
etwas Butter zum Förmchen bestreichen (Keramikförmchen)

Mehrere Keramik- oder Silikonformen

Zubereitung

Die Zwiebeln, Möhren, Knoblauch und Zucchini schälen und fein würfeln.

Den Parmesan Käse fein reiben und die Pfifferlinge waschen. Daraufhin diese in kleine Stücke schneiden.

Die Förmchen Buttern.

Einige schöne kleine Pilze im Ganzen lassen, um sie später in der Mitte des Muffins zu platzieren.

Die Gemüswürfel mit dem Quark, den Eiern, dem Mehl und den restlichen Zutaten vermengen und zu einem Teig rühren, wenn der Teig zu fest erscheint, etwas Milch hinzugeben.

Diesen Teig nun in die gebutterten Förmchen geben.

Zunächst nur zu einem Drittel füllen, dann einen der ganzen Pfifferlinge einbetten und das Förmchen komplett füllen.

Zum Schluss die Muffins bei 160 Grad etwa 20 Minuten goldbraun backen.

Tipp: Zu den Muffins passt ein Kräuter-Dip auf Joghurt Basis hervorragend.