

Pikante Schinken – Käse Muffins

Saftig, weich und herzhaft köstlich! Als Schmetterlinge dekoriert ein toller Hingucker!

glutenfrei, weizenfrei, laktosefrei, fruktosearm siehe Tipp

Für 12 Stück



160g gekochten Schinken
2 Zwiebeln
1 Bund Schnittlauch
160g glutenfreies Mehl (ich verwende Mix Brot von Schär)
180g geriebener Emmentaler (ggf. laktosefrei)
60g Öl
2 Eier
180g Joghurt natur (ggf. laktosefrei)
1 P. Backpulver
Salz
Pfeffer
Paprikapulver

Zur Dekoration:

300g Frischkäse natur (ggf. laktosefrei)
3 TL Paprikapulver
Salz
glutenfreie Salzbrezeln

gelbe Paprikastreifen
Schnittlauch

1. Ein Muffinblech mit Papierförmchen auskleiden. Schinken und Zwiebeln klein würfeln.
2. Alle Zutaten für die Muffins in eine Schüssel geben und gut verrühren. Den Teig in die Papierförmchen füllen und im vorgeheizten Backofen bei 175 Grad (Ober- und Unterhitze, auf mittlerer Schiene) in etwa 30 Minuten goldbraun backen. Auskühlen lassen.
3. Für die Dekoration Frischkäse, Paprika und Salz verrühren. Die Masse in einen Spritzbeutel füllen und mittig einen Steifen aufspritzen. Gelbe Paprikastreifen auf die Frischkäsemasse legen. Salinis links und rechts als Flügel in die Frischkäsemasse drücken und je zwei kurze Schnittlauchhalme als Fühler in die Masse stecken.

Fruktosearm – Tipp: Schalotten anstatt Zwiebeln verwenden.

