

Spinat-Möhren-Muffins



Ungewöhnlich aber lecker. Schmeckt pur oder zu Kurzgebratenem

Zutaten:	Zubereitung:
200 g Spinat	in kochendem Salzwasser blanchieren. Ausdrücken und grob hacken
2 Möhren	schälen und fein raspeln
2 Knoblauchzehen	fein hacken
100 g Schafskäse	sehr fein zerbröckeln. Alles in einer Schüssel grob vermengen. In einer zweiten Schüssel
250 g Mehl	mit
1 Teel Backpulver	vermengen
200 g Joghurt (3,5 % Fett)	
2 Eier	
80 ml Olivenöl	
Salz, Pfeffer	verrühren. Das Gemüse mit einem Teigspachtel unter den

	Teig heben. Eine Muffinsform mit
12 Papier-Muffins-Förmchen	auslegen. Den Teig mit Hilfe von 2 Eßl in den Muffinsförmchen verteilen.

Temperatur:	180 Grad Umluft
Backzeit:	30 Minuten goldbraun backen

