

## Pikante Gemüse Muffins

### Zutaten für ca.12 Muffins:

250 g	Vollkornmehl
4 TL	Backpulver
3 TL	Curry
	Salz und Pfeffer
80 g	Möhre(n), geraspelt
60 g	Süßkartoffel(n), orangefarbene, geraspelt
125g	Käse gerieben
90 g	Butter, zerlassen
1	Ei(er), leicht verquirlt
180 ml	Milch
evtl.	Papierförmchen
evtl.	Fett für die Form

### Zubereitung

Den Backofen auf 180°C vorheizen. Eine 12er Muffin Form ausfetten (oder Papierformen nehmen). Mehl, Backpulver, Curry, Salz und Pfeffer in eine Schüssel geben.

Möhren und Kartoffeln sehr klein schneiden oder in der Küchenmaschine zerkleinern, je nach Geschmack.

Butter, Ei und Milch verrühren und zu den trockenen Zutaten geben. Rühren, bis der Teig bindet, Klümpchen dürfen sein! Kartoffeln, Möhren und Käse hinzugeben.

Den Teig in die Form füllen. In etwa 25 min. goldbraun backen, in der Form lockern und 2 min. ruhen lassen. Anschließend auf einem Gitter abkühlen lassen.