

Eiermuffins mit Gemüse

Zutaten für 12 Stück

10	Eier
6	Champignons
5	kleine Tomaten
300 g	Spinat
2-3	Frühlingszwiebeln
4 EL	Hüttenkäse
½ Bund	Petersilie
1 EL	Butter
Salz & Pfeffer zum Abschmecken	



Zubereitung:

Das Gemüse zuerst abwaschen, dann würfeln. Pilze kurz anbraten, Petersilie und Spinat hacken. Die Eier mit den Gemüsewürfeln, Pilzen, Kräutern und dem Hüttenkäse vermischen. Anschließend eine Muffinform einfetten und die Masse hineingeben. Bei 200°C Ober-/Unterhitze oder 180°C Umluft ca. 19-21 min backen, je nach gewünschtem Bräunungsgrad.

Das Rezept kann wunderbar mit verschiedenem Gemüse ergänzt werden – probieren Sie einfach aus, was Ihnen am besten schmeckt!