

## Rezeptidee von unserem BioRegional Partnerladen: Loth Hof Laden, Münsing

### Parmesan-Muffins

(Mengenangaben für ca. 24 Stück)

#### Zutaten:

100 g Schinken (gekocht oder geräuchert, je nach Gusto), fein gewürfelt  
1 TL Fenchelsamen, im Mörser fein gestoßen  
125 g Mehl  
1/2 Päckchen Backpulver  
4 Eier  
100 ml Milch  
100 ml Olivenöl  
150 g Parmesan, gerieben  
2 TL Salbei oder Thymian, fein gehackt  
2 TL Rosmarin, fein gehackt  
1 TL Meersalz  
1 gute Prise Pfeffer schwarz, frisch gemahlen

#### Vorbemerkung:

Dieses Gericht lässt sich wunderbar vorbereiten. Es kann warm oder kalt gegessen werden und eignet sich besonders für Feste, Picknicks und ähnliche Anlässe. Passt auch sehr gut als kleine Zugabe zu einem Salat.

#### Zubereitung:

Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Am einfachsten ist die Zubereitung mit einer Küchenmaschine. Wenn Sie über eine solche nicht verfügen, dann eben eine mittelgroße Schüssel und den Handmixer nehmen. Alle Zutaten bis auf den Käse und den Schinken in die Schüssel geben und mit dem Mixer gut durchrühren. Wenn alles miteinander verrührt ist, Schinken und Käse zugeben und mit einem Kochlöffel von Hand unterheben. Muffinformen ausbuttern oder mit passenden Papierförmchen auslegen und die Masse mit einem Schöpflöffel jeweils ca. bis zu Hälfte der Förmchen einfüllen. Im vorgeheizten Backofen ca. 20 Minuten backen bis sie goldgelb sind. Aus dem Ofen nehmen und etwas abkühlen lassen.

#### Weinempfehlung:

Zu diesem würzigen Gericht passt gut der Grüne Veltliner von Schleizer. Angenehm frischer, sortentypischer Wein mit grünen Reflexen. Klar, mit gut eingebundener Säure. Viel Geschmack zu einem günstigen Preis in der 1 Liter Flasche.

Guten Appetit!