

# Eiermuffins

## Rezept für 8 Muffins

Kategorie: Backen

### **Zutaten - Es wird benötigt:**

- 4 Eier
- 4 Cherrytomaten
- 1 kleine Zucchini
- 2 kleine Zwiebeln
- 2 Scheiben gekochten Schinken
- 80 g geriebener Gouda
- 1-2 EL Sahne
- Prise Salz und Pfeffer
- Muffinbackform oder Muffinförmchen

### **Zubereitung**

1. Den Ofen auf 180°C Umluft vorheißes.
2. Die Muffinbackform einfetten oder mit Muffinförmchen vorbereiten.
3. Tomaten, Zucchini, Zwiebeln und gekochter Schinken in kleine Würfelchen schneiden. Diese Masse in die 8 Muffinsformen gleichmäßig verteilen.
4. Eier und Sahne verquirlen. Salz, Pfeffer und geriebenen Käse hinzugeben und unterrühren.
5. Die Eiermasse auf die 8 Muffinsformen aufteilen, bis knapp unter den Rand der Form.
6. Die Muffins zwischen 20-25 Minuten im Ofen backen lassen.

Gute Appetit!

#### Information und Kontakt:

Landkreis Waldeck-Frankenberg

Fachdienst Sport und Jugendarbeit

Südring 2 - 34497 Korbach

Tel.: 05631/954 – 493 & - 492

Fax: 05631/954 – 954 9493 & -9492

[www.landkreis-waldeck-frankenberg.de](http://www.landkreis-waldeck-frankenberg.de)

E-Mail: [jugendarbeit@landkreis-waldeck-frankenberg.de](mailto:jugendarbeit@landkreis-waldeck-frankenberg.de)