

# Ki-Kulinarium

## *Muffins mit getrockneten Tomaten*

### Zutaten für 12 Muffins

250 g Mehl  
3 TL Backpulver  
2 EL getrocknete Tomaten (ohne Öl)  
100 g Schafskäse (Feta)  
2 TL Rosmarinnadeln, fein gehackt  
1 Prise Salz  
1 Ei  
250 ml Buttermilch  
2 EL Olivenöl  
2 EL Kürbiskerne  
Fett für das Muffinblech

### Zubereitung

Mehl, Backpulver, klein geschnittene Tomaten, zerkrümelten Schafskäse, gehackten Rosmarin und Salz mischen. Ei mit Buttermilch verquirlen, mit dem Öl zur Mehlmischung geben, kurz durchrühren.

Die Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fett rösten.

Den Teig in die gefetteten Muffin-Mulden füllen, mit den Kernen bestreuen und auf der mittleren Schiene bei 200° C (Gas Stufe 3, Umluft 180° C) ca. 20 Minuten backen; etwas abkühlen lassen und die Muffins aus der Form lösen.



*Wurde bei dieser Veranstaltung serviert*

- Märchenwanderung  
am 3. Oktober 2021