

Rezept Muffins mit Putenschinken

Die Zutaten für die Muffins mit Putenschinken sind ausgelegt für 12 Personen.

Zutaten:

450 g Mehl
1 TL Salz
15 g Hefe
 $\frac{1}{4}$ Liter lauwarmes Wasser
1 TL Zucker
1 EL Olivenöl
150 g Putenschinken
200 g geriebenen Bergkäse
Je eine rote, grüne und gelbe Paprika
1 Strauß Thymian
Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

Das Mehl, Wasser, Salz, Hefe, Zucker und Olivenöl in einer Schüssel geben. Mit einem Handrührgerät (Knethaken) auf höchster Stufe ca. 5 Minuten zu einem glatten Teig kneten. Den Teig mit Klarsichtfolie abdecken und ca. 30 Minuten an einem warmen Ort ruhen lassen. Den Backofen auf 180 °C vorheizen.

Anschließend den Teig noch einmal kurz durchkneten und auf gemehlter Arbeitsfläche ausrollen. Mit gewürfeltem Putenschinken, Bergkäse, Thymian, Pfeffer aus der Mühle und in Würfel geschnittener Paprika gleichmäßig bestreuen. Einrollen und in 12 gleich große Stücke schneiden. Diese in eine gefettete Muffinform geben. Nochmals abgedeckt an einem warmen Ort ruhen lassen. In den Backofen schieben und ca. 25 bis 30

Minuten backen.

Auf einem Küchenrost auskühlen lassen. Dann mit gezupftem Thymian bestreuen und auf Tellern servieren.

Nährwerte:

Pro Stück ca. 230 kcal, 7 g Fett, 28 g Kohlenhydrate, 13 g Eiweiß

Einkaufstipp:

Achten Sie beim Einkauf von Putenfleisch auf die deutsche Herkunft, erkennbar an den Ds auf der Verpackung. Denn die Ds garantieren, dass das Geflügel in Deutschland unter Einhaltung spezieller Erzeugungsanforderungen geschlüpft ist, in heimischen Betrieben sachkundig und tiergerecht aufgezogen und unter strengen Qualitäts- und Sicherheitsstandards verarbeitet wurde.

Weitere Informationen und tolle Rezepte finden Sie auf www.deutsches-gefluegel.de. Dort erfahren Sie auch, warum Geflügelfleisch ideal für eine nachhaltige Lebensweise ist.

[Zurück zu den Muffinsrezepten](#)

[Zurück zu den Tortenrezepten](#)

[Zurück zu den Backrezepten](#)