

Rezept

Cheesy Corn Muffins

Ein Rezept von Cheesy Corn Muffins, am 09.09.2024

Zutaten

200 g Mehl	50 g feiner Maisgrieß (Polenta)
2 gestrichene TL Backpulver	1 gestrichener TL TL Natron
½ TL Salz	¼ TL Cayennepfeffer
200 g Maiskörner (aus der Dose)	1 rote Peperoni
¼ l Buttermilch	80 ml Pflanzenöl
1 Ei (L)	80 g frisch geriebener Cheddar oder alter Gouda
Butter für die Form oder 10 Papierförmchen	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 10 Stück (aus einem 12er-Muffinblech) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 230 kcal

Zubereitung

1. Backofen auf 180° vorheizen. 10 Mulden des Muffinblechs einfetten oder mit Papierförmchen auslegen. Mehl mit Grieß, Backpulver, Natron, Salz und Cayenne mischen. Mais abtropfen lassen. Die Peperoni entkernen, waschen und fein schneiden.
2. Die Buttermilch mit Öl und Ei verquirlen, zur Mehlmischung geben und mit dem Kochlöffel gut verrühren. 150 g Maiskörner, die Peperoni und 60 g Käse unterrühren. Den Teig in die Mulden geben, den restlichen Käse und die übrigen Maiskörner darüberstreuen.
3. Die Muffins im Ofen (Mitte) ca. 25 Min. backen. Herausnehmen und kurz in der Form abkühlen lassen. Dann aus dem Blech lösen und auf einem Kuchengitter vollständig abkühlen lassen.