

Rezept

Möhrenmuffins mit Käse

Ein Rezept von Möhrenmuffins mit Käse, am 12.06.2026

Zutaten

150 g zarte Möhren	2 Stängel Petersilie
100 g Edelpilzkäse (am besten einen eher festen wie Roquefort oder Bleu d'Auvergne)	250 g Mehl
4 TL Backpulver	2 EL frisch geriebener Parmesan
Salz	1 TL rosenscharfes Paprikapulver
1 Ei (Größe L)	250 g Buttermilch oder flüssiger Joghurt
2 TL Tomatenmark	7 EL Olivenöl
	Butter und Semmelbrösel für die Form

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 12 Stück: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 190 kcal

Zubereitung

1. Den Backofen auf 200 Grad vorheizen (auch schon jetzt: Umluft 180 Grad). Eine Muffinform mit 12 Vertiefungen mit Butter ausstreichen. Semmelbrösel in die Mulden streuen und die Form hin und her drehen, bis die Brösel auch an den Seiten haften.
2. Möhren schälen und auf der Rohkostreibe fein raspeln. Die Petersilie abbrausen und trockenschütteln, Blättchen abzupfen und fein hacken. Edelpilzkäse in kleine Würfel schneiden. (Wenn er doch etwas weicher ist, geht das am besten, wenn man das Messer zwischendurch immer mal wieder in lauwarmes Wasser taucht.)
3. Das Mehl mit dem Parmesan, dem Backpulver, dem Paprikapulver und 1 TL Salz mischen. Buttermilch oder Joghurt mit Ei, Öl und Tomatenmark gut miteinander verrühren. Möhren, Petersilie und Käsewürfel nur kurz unter die Mehlmischung mengen.
4. Teig in die Vertiefungen der Form füllen. Muffins im Ofen (Mitte) ungefähr 25 Minuten backen, bis sie schön gebräunt sind. Kurz in der Form stehen lassen, dann herauslösen und auf einem Kuchengitter abkühlen lassen. Die Muffins möglichst ganz frisch essen, dann schmecken sie einfach am besten.