

Rezept

## Räucherfisch-Muffins

Ein Rezept von Räucherfisch-Muffins, am 09.06.2026

### Zutaten

<b>2</b> geräucherte Forellenfilets (150 g)	<b>1 EL</b> Zitronensaft
<b>1 TL</b> getrockneter Dill	<b>240 g</b> Mehl
<b>2 TL</b> Backpulver	Salz
<b>80 ml</b> neutrales Öl	<b>2</b> Eier
<b>1 TL</b> mittelscharfer Senf	<b>200 g</b> saure Sahne
<b>1</b> 12er-Muffinblech	Fett für das Blech

### Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 12 Stück | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 160 kcal

### Zubereitung

1. Backofen auf 180° (Umluft 160°) vorheizen. Blechvertiefungen fetten. Forellenfilets grob zerpfücken, mit Zitronensaft und Dill vermischen. Mehl mit Backpulver und 1 TL Salz mischen.
2. Öl mit Eiern, Senf und Sahne glatt rühren. Forellenfilets dazugeben. Mehlmischung unterrühren. Teig in die Blechvertiefungen füllen. Im Ofen (Mitte) 20-25 Min. backen. Muffins herausnehmen, leicht abgekühlt aus den Formen lösen.