

Rezept

# Schinken-Muffins

Ein Rezept von Schinken-Muffins, am 14.04.2026

## Zutaten

<b>100 g</b> gekochter Schinken in Scheiben	<b>200 g</b> Mehl
<b>50 g</b> gemahlene Haselnusskerne	<b>2 TL</b> Backpulver
Salz	Pfeffer
<b>80 ml</b> neutrales Öl	<b>2 TL</b> grünes Pesto (aus dem Glas)
<b>2</b> Eier	<b>200 g</b> saure Sahne
<b>1</b> 2er-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. 165 kcal

## Zubereitung

1. Backofen auf 180° (Umluft 160°) vorheizen. Blechvertiefungen fetten. Den Schinken zuerst in 1 cm breite Streifen, dann in kleine Würfel schneiden. Das Mehl mit Haselnüssen, Backpulver, 1 TL Salz und ½ TL Pfeffer mischen.
2. Das Öl mit Pesto, Eiern und saurer Sahne glatt rühren. Den Schinken dazurühren und die Mehlmischung zügig unterrühren. Teig in die Blechvertiefungen füllen. Im Ofen (Mitte) 20-25 Min. backen. Muffins herausnehmen und leicht abgekühlt aus den Formen lösen.