

GROENTEMUFFINS

Ingrediënten

- 80 gram groenten (pompoen, wortel, rode biet,...)
- 1 soeplepel platte kaas
- 1 soeplepel zonnebloemolie
- 3 soeplepels bloem
- Een halve koffielepel gist (= bakpoeder)
- 1 koffielepel Provençaalse kruiden
- 1 koffielepel mosterd
- Zout
- Peper

Materiaal

- Mengkom
- Vork
- Soeplepel
- Koffielepel
- Weegschaal
- Vork
- Bakvorm (voor muffins)
- Spatel
- Dunschiller
- Rasp
- Mes

Bereiding

- Verwarm de oven voor op 180 graden.
 - Schil de groenten.
 - Rasp de groenten.
 - Doe de groenten in een kom en doe er de platte kaas en de olie bij. Meng alles.
 - Voeg de mosterd en de kruiden toe. Meng alles.
 - Voeg de bloem en de gist toe. Meng alles tot het deeg dik en consistent is.
 - Doe het deeg in de bakvormen.
 - Bak de muffins ongeveer 15 minuten in de oven.
- Controleer met een mes of het deeg klaar is. Er mag geen deeg meer kleven aan het mes.