

Lecker



ZUBEREITUNG

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen und ein Muffinblech mit Butter einfetten.

Die Zwiebel abziehen, halbieren, fein würfeln und in einer mittelgroßen Schüssel mit Eiern, Sahne, Kräuterfrischkäse, Gemüsegewürfen sowie Salz und Pfeffer verquirlen. Falls zur Hand ein paar Blättchen Basilikum in die Masse zupfen.

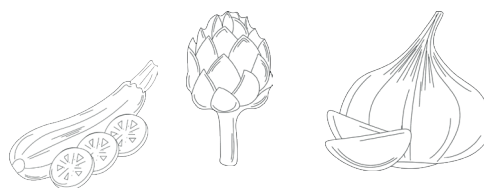
Die Toastbrotsscheiben an einer Seite mittig bis zur Scheibenmitte einschneiden und zu einem Kegel oder Trichter formen. Diese dann in die Muffinform drücken und mit der Eimasse befüllen.

Rührei-Muffins nun etwa 20 Minuten im Backofen goldbraun backen und danach genießen. Dazu passt ein Salat.

ZUTATEN

für 4 Portionen

3 Eier
 100 ml Sahne
 100 g Kräuterfrischkäse
 80 g Gemüsegewürfel, z. B. Paprika
 1 Zwiebel
 optional: 3 Stiele Basilikum
 Salz
 schwarzer Pfeffer
 4 EL Butter



UTENSILIEN

Schneidebrett, Messer, mittelgroße Schüssel, Muffinblech