



GEMÜSE-EIER-SPECK-KÜCHLEIN

ZUTATEN

- 80 g** Parmesan
- ½** rote Peperoni
- 1** Rüebl
- 60 g** Speckwürfeli
- 6** Eier
- 30 g** Milch
- 2 EL** Chiasamen
- 2 EL** Sesam
- Etwas** Salz und Pfeffer

ZUBEREITUNG

1. Den Backofen vorheizen auf 190°
2. Den Parmesan in den Mixtopf geben, 5 Sek / Stufe 10 zerkleinern und umfüllen
3. Peperoni, Rüebl in den Mixtopf geben, 3 Sek / Stufe 4,5 verkleinern
4. Speckwürfeli beifügen, 3 Min. / 120° / Stufe 1 / Linkslauf dünsten
5. Die Gemüse-Speckwürfeli-Masse in 6 Muffinsformen verteilen
6. Parmesan, Eier, Milch, Chiasamen, Sesam, Salz und Pfeffer in den Mixtopf geben, 30 Sek / Stufe 3 / Linkslauf vermischen und in die Muffinsformen füllen
7. Die Küchlein in den vorgeheizten Backofen geben und ca. 18 Minuten Stocken lassen
8. Kann warm oder kalt genossen werden