

Matmuffins:

Matmuffins kan spises til salater og supper, er gode som rett alene, og ypperlig som turmat. Vi har også servert matmuffins på foreldremøte i barnehagen. Denne oppskriften gir ca 12 muffins. I barnehagen ganger vi oppskriften med 3.

- ✓ 75 gram Smør/margarin
- ✓ 7 dl Hvetemel (vi bruker halvt om halvt med hvetemel og sammalt hvete)
- ✓ 1 ts Salt
- ✓ 2 ss Bakepulver
- ✓ 3 dl Vann
- ✓ 4 Egg
- ✓ 150 gram Revet gulost
- ✓ 1 boks «Picnic-kalkun»



Slik gjør du

1. Smelt smøret og la det avkjøle litt.
2. Bland hvetemel, havregryn, salt og bakepulver i en arbeidsbolle.
3. Hell vann i smøret slik at væsken blir lunken.
4. Visp eggene lett sammen med en gaffel.
5. Ha egg og væsken i det tørre.
6. Del skinken i små terninger og ha den i røren.
7. Fordel røren i muffinsformer (vi bruker store)
8. Stek ved 225 grader i ca 15-20 minutter på midterste rille. Avkjøles på rist.

Kalkunskinka kan også byttes ut med grillet kylling delt i små biter. Det har vi gjort.