

Eiermuffins

Für vier Burger benötigt Ihr,

- 3 Eier
- 200ml Mandelmilch
- 1 Frühlingszwiebel
- 1 Bund Petersilie
- 2 Scheiben Putenbrust
- 1 Scheibe Käse
- Salz & Pfeffer

Zuerst gebt Ihr die Eier in eine Schüssel, dazu schüttet Ihr die Mandelmilch. Dann wird die Flüssigkeit gut gewürzt. Zupft nun die Blätter der Petersilie ab und schneidet diese sehr fein. Als nächstes ist die Frühlingszwiebel dran. Schneidet kleine Ringe und verwendet hier auch das grüne Ende, da es am intensivsten schmeckt. Die Kräuter kommen nun zur Flüssigkeit und alles wird gut gerührt. Nun schneidet Ihr die Wurst und den Käse in Streifen und füllt diese in Muffinförmchen. Schüttet die Flüssigkeit bis zum Rand darüber und legt zwei Käsestreifen überkreuzt darauf. Wer, Wie ich kein Fleisch ist, kann auch Zucchini oder Möhrenraspel nehmen. Nun kommt alles für 15-20min bei 200°C in den Ofen. Die Eiermuffins gehen stark auf, fallen aber später wieder zusammen und lassen sich super aus den Formen lösen (ihr braucht die Muffinförmchen daher nicht einzufetten). Guten Appetit!