

# Krewelshof

Natur Genuss Lebenslust  
HOFMARKT | CAFÉ BISTRO | FEIERN

[krewelshof.de](http://krewelshof.de)

# Kürbis- Muffins

R E Z E P T I D E E

## Zutaten für 4 Personen

- 200 g **Schnitzkürbisfleisch** (Ersatzweise Hokkaido)
- 150 g Dinkelmehl
- 1 Tl Backpulver
- 1 Tl Kräutermeersalz
- 1 Prise Zimt
- 1 Prise Muskatnuss
- 80 g Ziegenfrischkäse
- 80 ml Milch
- 1 Ei
- 50 g Kürbiskerne
- 1 El Olivenöl
- fein gehackte Kräuter
- Kürbiskernöl

aus dem  
Kürbisfleisch  
der  
Schnitzkürbisse  
!

Kürbisfleisch klein schneiden, im Dampf weich garen, pürieren, in einem feinen Sieb einige Zeit abtropfen lassen, dann abwiegen. Mehl, Backpulver, Kräutersalz, Zimt und Muskatnuss mischen. Ziegenfrischkäse mit einer Gabel fein zerstoßen. Milch, Ei und Olivenöl zufügen und glatt rühren. Ziegenfrischkäsemasse und Kürbispüree zum Mehl geben, zu einem glatten Teil rühren. Gehackte Kürbiskerne und Kräuter unterrühren. Die Teigmasse in Papierförmchen (für eine schöne Form drei Förmchen ineinander stecken) oder in eingefettete Backförmchen füllen. Muffins im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad rund 20 Minuten backen.