



Heerlijk
bij de
wortelsoep!

Hartige muffins

Recept voor 10 stuks

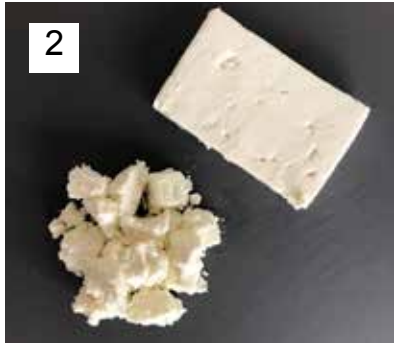
- 150 ml volle melk
- 125 g zelfrijzend bakmeel
- 100 g feta kaas
- 1/2 courgette
- 1/2 wortel
- 2 tl oregano
- snufje peper
- 1 ei

Verwarm
de oven op
200 graden





1 Snij de halve courgette in blokjes van ongeveer een halve centimeter



2 Brokkel de fetakaas in stukjes.



3 Rasp een halve (kleinere) wortel heel fijn.



4 Doe de courgette en feta kaas in een mengkom.



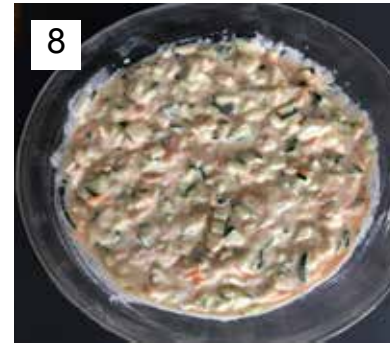
5 Roer de melk en het ei er door heen.



6 Voeg de geraspte wortel toe.



7 Voeg het zelfrijzend bakmeel, oregano en een snufje peper toe.



8 Roer alles goed door elkaar.



9 Vet de bakvorm goed in met boter. Vul de muffinvormpjes met het beslag.



10 Bak 20 minuten op 200 graden. Smakelijk eten!