

Rezept

Kartoffelmuffins mit Erdbeer-Salsa



© Sabrina Sue Daniels

Info



30 Min.
Gesamtzeit

+ 35 Minuten zum
Backen



leicht



160 kcal
Kilokalorien

6 g
Eiweiß

9 g
Fett

16 g
Kohlenhydrate

Zutaten

für - 12 +

Bratöl

50 g **Kräuter** z.B. Petersilie, Schnittlauch

1 **Knoblauchzehe**

4 **Eier** Größe M

200 ml **Sahne**

50 g **Parmesan** gerieben

Salz

Pfeffer

800 g **Kartoffeln** festkochend

400 g **Erdbeeren**

1 TL **grüner Pfeffer** eingelegt

3 EL **Balsamico-Essig**

1 kleine **rote Chili**

1 EL **Rohrohrzucker**

Zubereitung

1. Backofen auf 180 °C (Ober/ Unterhitze) vorheizen. Muffinform (mit 12 Mulden) gut mit Bratöl ausstreichen.
2. Kräuter und Knoblauch fein hacken. 1 EL der gehackten Kräuter, Knoblauch, Eier, Sahne und Parmesan verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Kartoffeln schälen und mit einem Gemüsehobel in hauchdünne Scheiben schneiden. Kartoffelscheiben überlappend in die Muffinmulden legen und mit der Eier-Sahne begießen.
4. Muffins im vorgeheizten Backofen 30–35 Minuten backen. Dann mit einem Messer vorsichtig von der Form lösen. Mit einem Esslöffel die Muffins leicht anheben und aus den Förmchen nehmen.
5. Erdbeeren halbieren. Restliche Kräuter, Erdbeeren, grünen Pfeffer, Balsamico-Essig, Chilischote und Zucker grob pürieren. Mit Salz abschmecken und zu den Kartoffelmuffins servieren.