

## Sauerkraut Muffins

### Zutaten: (12 Stück)

- 1 Dose Sauerkraut (285 g Abtropfgewicht)
- ¼ TL Kümmelsamen
- 1 Zwiebel
- 2 EL Speckwürfel
- 100 g gekochtes Kasseler am Stück
- 200 g Vollkornmehl
- 2 TL Backpulver
- ¾ TL Salz
- Pfeffer
- 2 Eier
- 75 ml Öl
- 300 g saure Sahne
- Fett für die Form

### Zubereitung:

Den Backofen auf 180° C (Umluft 160°) vorheizen. Das Muffinblech einfetten und in den Kühlschrank stellen. Das Kasseler fein würfeln, mit Mehl, Backpulver, Salz und etwas Pfeffer mischen. Eier mit Öl und saurer Sahne verquirlen. Die Mehlmischung und Sauerkraut zügig unterrühren. Den Teig in die Vertiefungen füllen. Im Backofen (Mitte) 20 - 25 Minuten backen. Im Blech 5 Minuten ruhen lassen, herausnehmen und etwas auskühlen lassen. Lauwarm oder kalt servieren.

#### Dazu passt:

Glatt gerührter Schmand mit etwas gemahlenem Kümmel gewürzt.

