



HET WITTE GOUD

Hartige muffins met asperges, kaas en ham

2 PERSONEN

⌚ 45 minuten

DIT HEB JE NODIG:

- 🥄 200 ml volle melk
- 🥄 220 g bloem
- 🥄 100 g beenham in reepjes
- 🥄 100 g geraspte oude kaas
- 🥄 6 witte asperges
- 🥄 2 eieren
- 🥄 1 handje verse spinazie
- 🥄 3 el zonnebloemolie
- 🥄 2 el fijngehakte bieslook
- 🥄 2 tl bakpoeder
- 🥄 snuf nootmuskaat
- 🥄 snuf gedroogde tijm
- 🥄 zout
- 🥄 versgemalen peper naar smaak

MATERIAAL: muffinvorm met 12 holtes, ijslepel

ZO MAAK JE HET:

1. Verwarm de oven voor op 180°C en vet de muffinvorm in met boter.
2. Schil de asperges zorgvuldig, laat de kopjes intact.
3. Snijd 2 tot 3 centimeter van de onderkant af en snijd de asperges in stukjes van ongeveer 1 à 2 centimeter.
4. Klop de eieren los in een grote kom.
5. Voeg de melk en zonnebloemolie toe en roer goed door.
6. Meng in een aparte kom de bloem met het bakpoeder, nootmuskaat, tijm, peper en zout.
7. Voeg dit droge mengsel toe aan de natte ingrediënten en roer tot een egaal beslag.
8. Gebruik een houten lepel om te mengen.
9. Spatel nu de bieslook, spinazie, asperges, kaas en ham door het beslag.
10. Houd van de ham en kaas een beetje achter voor de topping.
11. Schep het beslag in de muffinvormpjes, een ijslepel werkt hier ideaal voor.
12. Strooi over elk hoopje beslag wat van de achtergehouden ham en kaas.
13. Bak de muffins 25 minuten in de oven, tot ze goudbruin en stevig aanvoelen.
14. Laat 5 minuten rusten in de vorm, haal ze er dan voorzichtig uit en laat verder afkoelen op een rooster.
15. Serveer ze lauwwarm.

TIP: Muffins over? Geen probleem, koud zijn ze ook heel lekker als ontbijt of lunch.

BRON: noorderland.nl

