HOMEMADE MUFFIN

PUUR - VERS - SMAAKVOL

Een muffin is een licht gezoet klein broodje of cakeje, al dan niet in een papieren vormpje. Muffins bevatten doorgaans geen boter, maar olie.

Ze bestaan in vele variaties, onder andere met fruit, bessen en chocolade, en worden soms versierd met glazuur. Er bestaan ook hartige varianten, waarbij geen suiker aan het deeg is toegevoegd, en die soms gevuld worden, met bijvoorbeeld groente.

Muffins worden gegeten bij het ontbijt of bij de thee, maar ook als tussendoortje. De muffin is oorspronkelijk afkomstig uit de Verenigde Staten. Engelse muffins lijken meer op brood en zijn gemaakt met gist.

Het belangrijkste verschil tussen een **MUFFIN** en een **CUPCAKE** zit in de structuur, de bereidingswijze en de topping.

MUFFIN

- **Uiterlijk:** Hoger, met een kenmerkende bolvormige of 'wilde' champignon-top die over de rand van het vormpje groeit.
- **Textuur en smaak:** Steviger, grover van structuur en minder zoet (ligt dichter bij brood of een snelle ontbijtcake).
- **Ingrediënten:** Minder suiker, vaak gesmolten boter of olie, melk, en soms grover meel of volkoren bloem.
- **Bereiding:** Natte en droge ingrediënten worden apart gemengd en daarna heel kort (met klontjes) door elkaar geroerd met een spatel (geen mixer nodig).
- **Topping:** Meestal kaal, soms met een krokant suikerlaagje, of gevuld met fruit (zoals bosbessen) of chocoladestukjes

CUPCAKE

- **Uiterlijk:** Laag, vlak van boven en blijft netjes binnen het papieren vormpje (als een kleine taart).
- **Textuur en smaak:** Luchtig, zacht en erg zoet, vergelijkbaar met een gewone cake.
- **Ingrediënten:** Veel boter (op kamertemperatuur) en suiker, eieren en fijne bloem. Vaak geen melk.
- **Bereiding:** Boter en suiker worden romig gemixt met een mixer, daarna gaan de eieren en bloem erbij tot een glad beslag ontstaat.
- **Topping:** Wordt vrijwel altijd versierd met een flinke toef botercrème, fondant, glazuur of vulling.

APPEL, KANEEL & FRAMBOOS MUFFINS	2
APPEL-KANEEL MUFFINS	3
BACON MUFFINS	4
BANAAN-HAVERMOUT MUFFINS	5
BLUEBERRY MUFFINS	6
BRAMEN & SALIE MUFFINS	7
BROCCOLI & OUDE KAAS MUFFINS	8
CARROT CAKE MUFFINS	9
CHAI LATTE MUFFINS	10
CHOCOLATE CHIP MUFFINS	11
CHOCOLADE & BACON MUFFINS	12
CITROEN-MAANZAAD & BOSBESSEN MUFFINS	13
COURGETTE & CHOCOLADE MUFFINS	14
COURGETTE & LIMOEN MUFFINS	15
EARL GREY MUFFINS	16
EGG MUFFINS	17
FETA & OLIJF MUFFINS	18
FRAMBOOS MUFFINS	19
GEITENKAAS MUFFINS	20
GEMBER MUFFINS	21
HARTIGE KAAS-SPEK MUFFINS	22
HAZELNOOT MUFFINS	23
JALAPEÑO CORNBREAD MUFFINS	24
KARAMEL-ZEEZOUT MUFFINS	25
KARDEMOM-PISTACHE MUFFINS	26
LEMON MUFFINS	27
MATCHA & WITTE CHOCOLADE MUFFINS	28
PAPRIKA, MAÏS & CHEDDAR MUFFINS	29
PECAN MUFFINS	30
POMPOEN & SPECULAAS MUFFINS	31
RABARBER & GEMBER MUFFINS	32
RABARBER MUFFINS	33
ROOD FRUIT & FRAMBOZEN MUFFINS	34
SPINAZIE, FETA & PIJNBOOMPITTEN MUFFINS	35
TRIPLE CHOCOLATE MUFFINS	36
VIJG & WALNOOT MUFFINS	37
WORTEL & WALNOOT MUFFINS	38
ZOETE AARDAPPEL & PECAN MUFFINS	39
ZONGEDROOGDE TOMAAT MUFFINS	40
ZONGEDROOGDE TOMAAT, FETA & OLIJF MUFFINS	41

APPEL, KANEEL & FRAMBOOS MUFFINS



Er gaat niets boven de geur van versgebakken cake die door het huis zweeft, zeker niet als er kaneel in het spel is. Deze appel, kaneel en framboos muffins zijn de perfecte combinatie van comfortfood en een frisse, fruitige touch. De warme, herfstige smaak van zoete appel en kaneel vormt een geweldig contrast met het frisse, lichtzure van de frambozen. Of je ze nu bakt voor een luie zondagochtend, als traktatie voor je collega's, of gewoon om jezelf te verwennen op een gure middag: met dit recept zet je binnen driekwartier een gegarandeerd succes op tafel.

BEREIDINGSTIJD: 15 minuten voorbereiding + 20-25 minuten oventijd.
EETMOMENT: Perfect als luxe ontbijt, tussendoortje bij de koffie of thee, of als traktatie tijdens een picknick of brunch.

DIT HEB JE NODIG: voor 12 muffins

droge ingrediënten:

- 250 g bloem
- 2 tl bakpoeder
- 1½ tl kaneel
- 100 g basterdsuiker (lichtbruin)
- 1 snufje zout

natte ingrediënten:

- 2 eieren (L)
- 75 g boter (gesmolten) of zonnebloemolie
- 150 ml melk
- 1 tl vanille-extract

de vulling:

- 1 grote appel (bijv. Elstar of Jonagold), in kleine blokjes
- 125 g verse frambozen (diepvries kan ook, niet vooraf ontdooien)

MATERIAAL: muffinbakvorm met 12 holtes of 2x 6, 12 papieren/siliconen vormpjes

ZO MAAK JE HET:

1. Verwarm de oven voor op 190 °C (hetelucht op 175 °C).
2. Plaats 12 papieren vormpjes in een muffinbakvorm.
3. Meng in een grote kom de bloem, het bakpoeder, de kaneel, de suiker en het zout door elkaar.
4. Klop in een andere kom de eieren los met de melk, de gesmolten boter (of olie) en het vanille-extract.
5. Giet de natte ingrediënten bij de droge ingrediënten.
6. Roer met een spatel of lepel kort door.
7. Het deeg hoeft niet perfect glad te zijn; te lang roeren maakt de muffins taai.
8. Spatel de appelblokjes en ¾ van de frambozen voorzichtig door het beslag (hou een paar frambozen achter voor de bovenkant).
9. Verdeel het beslag over de 12 vormpjes.
10. Druk de resterende frambozen bovenop het beslag.
11. Bak de muffins in 20 tot 25 minuten goudbruin.
12. Een prikker die je erin steekt moet er schoon uitkomen.

HOUDBAARHEID:

- **Buiten de koelkast:** In een luchtdichte trommel blijven ze 2 tot 3 dagen sappig en vers. Leg een stukje keukenpapier onder en boven de muffins in de trommel om overtollig vocht op te vangen.
- **In de vriezer:** Je kunt de muffins heel goed invriezen. Verpak ze luchtdicht, ze blijven tot 3 maanden goed. Laat ze op het aanrecht ontdooien en warm ze eventueel een paar minuten op in de oven voor die 'versgebakken' ervaring.

APPEL-KANEEL MUFFINS



Niets overtreft de geur van warme kaneel en appels die zacht worden in de oven. Deze klassieke appel-kaneel muffins zijn de ultieme traktatie voor een knusse middag. Ze zijn heerlijk luchtig van binnen, met sappige stukjes appel in elke hap en een subtiel zoet kaneelaroma dat perfect samengaat met een warme kop thee of koffie. Een eenvoudig basisrecept waar iedereen blij van wordt.

BEREIDINGSTIJD: 15 minuten voorbereiding + 20-25 minuten oventijd.
EETMOMENT: Geweldig als warm tussendoortje op een gure herfstdag, als luxe ontbijt in het weekend, of om mee te nemen naar een high tea.

DIT HEB JE NODIG: voor 12 muffins

droge ingrediënten:

- 250 g bloem
- 2 tl bakpoeder
- 2 tl kaneel
- 125 g basterdsuiker (lichtbruin of donkerbruin voor extra karamelsmaak)
- 1 snufje zout

natte ingrediënten:

- 2 eieren (L)
- 75 g boter (gesmolten) of zonnebloemolie
- 150 ml melk
- 1 tl vanille-extract

de vulling:

- 2 grote appels (bijv. Elstar of Jonagold), in kleine blokjes

MATERIAAL: muffinbakvorm met 12 holtes of 2x 6, 12 papieren/siliconen vormpjes

ZO MAAK JE HET:

1. Verwarm de oven voor op 190 °C (hetelucht op 175 °C).
2. Plaats 12 papieren vormpjes in een muffinbakvorm.
3. Meng in een grote kom de bloem, het bakpoeder, de kaneel, de suiker en het zout goed door elkaar.
4. Klop in een andere kom de eieren los met de melk, de gesmolten boter (of olie) en het vanille-extract.
5. Giet de natte ingrediënten bij de droge ingrediënten.
6. Roer met een spatel of lepel kort door.
7. Stop zodra het meel is opgenomen; klontjes in het beslag zijn geen probleem en zorgen juist voor een luchtige muffin.
8. Spatel de appelblokjes voorzichtig door het beslag.
9. Verdeel het beslag gelijkmatig over de 12 vormpjes.
10. Bak de muffins in 20 tot 25 minuten goudbruin.
11. Controleer met een prikker; als deze er schoon uitkomt, zijn ze klaar.

HOUDBAARHEID:

- **Buiten de koelkast:** In een luchtdichte trommel blijven ze 2 tot 3 dagen sappig en vers. Leg een stukje keukenpapier onder en boven de muffins in de trommel om overtollig vocht op te vangen.
- **In de vriezer:** Je kunt de muffins heel goed invriezen. Verpak ze luchtdicht, ze blijven tot 3 maanden goed. Laat ze op het aanrecht ontdooien en warm ze eventueel een paar minuten op in de oven voor die 'versgebakken' ervaring.

BACON MUFFINS



Wie zegt dat muffins altijd zoet moeten zijn? Deze hartige bacon muffins combineren het luchtige van een muffin met de zoute, krokante smaak van uitgebakken spek en gesmolten kaas. Ze zijn de ultieme hartige traktatie die je huis vult met een onweerstaanbare geur. Perfect voor iedereen die houdt van een stevig, hartig begin van de dag of een verrassende snack zoekt.

BEREIDINGSTIJD: 20 minuten voorbereiding (inclusief spek bakken) + 20 minuten oventijd.
EETMOMENT: Ideaal als hartig ontbijt 'on the go', warme toevoeging aan een luxe brunch, stevig tussendoortje of als bijgerecht bij een kom soep.

DIT HEB JE NODIG: voor 12 muffins

de vulling:

- 150 g bacon of ontbijtspek (in kleine reepjes of blokjes)
- 100 g geraspte kaas (bijv. belegen of cheddar)
- 2 bosuitjes (in ringetjes)

droge ingrediënten:

- 250 g bloem
- 2 tl bakpoeder
- ½ tl baksoda (optioneel, voor extra luchtigheid)
- ½ tl zout
- ½ tl zwarte peper
- 1 tl paprikapoeder

natte ingrediënten:

- 2 eieren (L)
- 60 g boter (gesmolten) of 4 el van het opgevangen spekvet
- 200 ml karnemelk (of gewone melk met een klein scheutje citroensap)

MATERIAAL: muffinbakvorm met 12 holtes of 2x 6, 12 papieren/siliconen vormpjes

ZO MAAK JE HET:

1. Bak de baconreepjes in een droge koekenpan op middelhoog vuur lekker krokant.
2. Laat ze uitlekken op keukenpapier.
3. **Tip:** vang het bakvet op als je dit wilt gebruiken in plaats van boter.
4. Verwarm de oven voor op 200 °C (hetelucht op 185 °C).
5. Vet een muffinbakvorm goed in of gebruik papieren vormpjes.
6. Meng in een grote kom de bloem, het bakpoeder, de baksoda, het zout, de peper en het paprikapoeder.
7. Klop in een andere kom de eieren los met de karnemelk en de gesmolten boter (of het vloeibare spekvet).
8. Giet de natte ingrediënten bij de droge ingrediënten.
9. Roer kort door met een spatel.
10. Het deeg mag absoluut nog klontjes bevatten.
11. Spatel de krokante bacon, het grootste deel van de geraspte kaas en de bosui erdoor.
12. Bewaar een klein beetje kaas en bacon voor de bovenkant.
13. Verdeel het beslag over de 12 vormpjes.
14. Bestrooi met de achtergehouden kaas en bacon.
15. Bak de muffins in 18 tot 20 minuten goudbruin en gaar.

HOUDBAARHEID:

- **In de koelkast:** Omdat deze muffins vlees en kaas bevatten, bewaar je ze het beste in een afgesloten doos in de koelkast. Ze blijven daar 3 tot 4 dagen goed..
- **In de vriezer:** Je kunt ze luchtdicht verpakt tot 2 maanden invriezen.
- **Opwarmen:** Warm ze voor het serveren even op (ca. 5-8 minuten in een oven op 180 °C of 30 seconden in de magnetron). Warm zijn ze veruit het lekkerst, omdat de kaas dan weer zacht wordt!

BANAAN HAVERMOUT MUFFINS



Ben je op zoek naar een snel, gezond en vullend tussendoortje? Deze banaan-havermout muffins zijn ideaal voor drukke dagen. Door de rijpe bananen te gebruiken zijn ze van nature heerlijk zoet, terwijl de havermout zorgt voor een langdurig verzadigd gevoel. Het is de perfecte manier om van die overrijpe bananen op de fruitschaal af te komen en tegelijkertijd een gezonde voorraad snacks in huis te halen.

BEREIDINGSTIJD: 10 minuten voorbereiding + 18-20 minuten oventijd.
EETMOMENT: Perfect als snelle 'on-the-go' ontbijtmuffin, als gezond tussendoortje voor school of werk, of als energierijke snack voor of na het sporten.

DIT HEB JE NODIG: voor 12 muffins

basis ingrediënten:

- 3 grote, zeer rijpe bananen (hoe meer spikkels, hoe zoeter)
- 150 g havermout (havervlokken of havermeel)
- 2 eieren (L)
- 2 tl bakpoeder
- 1½ tl kaneel
- 1 snufje zout

natte smaakmakers:

- 60 ml melk (of plantaardige drank zoals amandelmelk)
- 2 el honing of ahornsiroop (optioneel, voor extra zoetheid)
- 1 tl vanille-extract

optionele extra's (kies je favoriet):

- 50 g blauwe bessen, rozijnen of stukjes pure chocolade
- 40 g gehakte walnoten of pecannoten

MATERIAAL: muffinbakvorm met 12 holtes of 2x 6, 12 papieren/siliconen vormpjes

ZO MAAK JE HET:

1. Verwarm de oven voor op 180 °C (hetelucht op 165 °C).
2. Vet een muffinbakvorm licht in met wat olie of gebruik papieren vormpjes.
3. Pel de bananen en prak ze in een grote kom helemaal fijn met een vork totdat er een gladde moes ontstaat.
4. Klop de eieren, de melk, het vanille-extract en eventueel de honing door de geprakte bananen.
5. Voeg de havermout, het bakpoeder, de kaneel en het zout toe aan het mengsel.
6. Roer het geheel goed door tot een egaal beslag.
7. **Tip:** Als je fijne muffins wilt, kun je alle ingrediënten ook samen in een blender mixen.
8. Spatel nu voorzichtig de eventuele extra's (zoals bessen of noten) door het beslag.
9. Verdeel het beslag gelijkmatig over de 12 vormpjes.
10. Bak de muffins in 18 tot 20 minuten goudbruin en gaar.
11. Een prikker die je in het midden steekt, moet er droog uitkomen.
12. Laat ze na het bakken 5 minuten afkoelen in de vorm en haal ze er daarna uit.

HOUDBAARHEID:

- **Buiten de koelkast:** Omdat deze muffins erg vochtig en compact zijn door de banaan, blijven ze op het aanrecht in een luchtdichte doos 2 dagen goed.
- **In de koelkast:** In de koelkast kun je ze tot 5 dagen bewaren.
- **In de vriezer:** Dit recept leent zich perfect om in te vriezen. Verpak ze luchtdicht en ze blijven tot 3 maanden goed. Haal er 's ochtends eentje uit en hij is tegen de middag perfect ontdooid om op te eten!

BOSBESSEN MUFFINS



De absolute koning onder de muffins is zonder twijfel de bosbessen muffin. Deze Amerikaanse klassieker combineert een heerlijk luchtig, vanilleachtig beslag met sappige bosbessen die tijdens het bakken openbarsten en hun zoete sap afgeven. Of je nu kiest voor verse bessen in de zomer of diepvriesbessen in de winter: dit recept zorgt altijd voor die perfecte, bolle muffins die doen denken aan een gezellige koffiebar.

BEREIDINGSTIJD: 15 minuten voorbereiding + 20-25 minuten oventijd.
EETMOMENT: De ultieme verwennerij bij een zondagse brunch, als luxe hapje bij de koffie, of om mee te nemen als traktatie.

DIT HEB JE NODIG: voor 12 muffins

droge ingrediënten:

- 250 g bloem
- 2 tl bakpoeder
- 150 g fijne kristalsuiker
- 1 snufje zout

natte ingrediënten:

- 2 eieren (L)
- 75 g boter (gesmolten) of zonnebloemolie
- 100 ml melk
- 100 g zure room of Griekse yoghurt (geeft die heerlijke, sappige structuur)
- 1½ tl vanille-extract

de vulling:

- 150 g bosbessen (vers of diepvries, niet vooraf ontdooien)
- 1 el bloem (om de bessen in te rollen, zodat ze niet naar de bodem zakken)

MATERIAAL: muffinbakvorm met 12 holtes of 2x 6, 12 papieren/siliconen vormpjes

ZO MAAK JE HET:

1. Verwarm de oven voor op 190 °C (hetelucht op 175 °C).
2. Plaats 12 papieren vormpjes in een muffinbakvorm.
3. Meng in een grote kom de bloem, het bakpoeder, de suiker en het zout door elkaar.
4. Klop in een andere kom de eieren los met de melk, de gesmolten boter (of olie), de zure room en het vanille-extract tot een vloeibaar geheel.
5. Giet de natte ingrediënten bij de droge ingrediënten.
6. Roer met een spatel of lepel kort door.
7. Stop zodra je geen droge bloem meer ziet; de klontjes horen erbij en zorgen voor een luchtig resultaat.
8. Hussel de bosbessen in een apart bakje met 1 eetlepel bloem tot ze rondom bedekt zijn.
9. Spatel ¾ van de bessen heel voorzichtig door het beslag om te voorkomen dat het beslag paars kleurt.
10. Verdeel het beslag over de 12 vormpjes.
11. Verdeel de resterende bosbessen over de bovenkant en druk ze lichtjes aan.
12. Bak de muffins in 20 tot 25 minuten goudbruin en gaar.
13. Een prikker moet er schoon uitkomen.

HOUDBAARHEID:

- **Buiten de koelkast:** In een luchtdichte trommel blijven ze 2 tot 3 dagen sappig en vers. Leg een velletje keukenpapier onderin de trommel om te voorkomen dat de bovenkant plakkerig wordt van het fruitvocht.
- **In de vriezer:** Je kunt de muffins heel goed invriezen. Verpak ze luchtdicht, ze blijven tot 3 maanden goed. Laat ze op het aanrecht ontdooien. Warm een ontdooide muffin eventueel 20 seconden op in de magnetron, dan smaken ze weer alsof ze net uit de oven komen!

BRAMEN-SALIE MUFFINS



Ben je op zoek naar een muffin die net even anders is dan de klassiekers? Deze bramen-salie muffins zijn een absolute smaaksensatie voor fijnproevers. De subtiele, kruidige toets van verse salie tilt het zoete beslag naar een hoger niveau, terwijl de grote, sappige bramen zorgen voor frisse fruitexplosies in elke hap. Een unieke, rustieke traktatie die perfect past bij een gezellige herfst- of nazomermiddag. De aardse, aromatische smaak van verse salie combineert fantastisch met het sappige en lichtzure van rijpe bramen!

BEREIDINGSTIJD: 20 minuten voorbereiding (inclusief salieboter maken)
+ 20-25 minuten oventijd.

EETMOMENT: Bijzonder geschikt voor een luxe herfstbrunch, als verrassend hapje bij een kaasplankje of high tea, of als hartig-zoet tussendoortje bij een stevige kop zwarte thee.

DIT HEB JE NODIG: voor 12 muffins

smaakmaker (kruidenboter-basis):

- 75 g boter
- 6-8 verse salieblaadjes (fijngehakt)

droge ingrediënten:

- 250 g bloem
- 2 tl bakpoeder
- 125 g basterdsuiker (lichtbruin)
- 1 snufje zout

natte ingrediënten:

- 2 eieren (L)
- 150 ml melk (of karnemelk voor extra frisheid)
- 1 tl vanille-extract

de vulling:

- 150 g verse bramen (grote exemplaren eventueel halveren)

MATERIAAL: muffinbakvorm met 12 holtes of 2x 6, 12 papieren/siliconen vormpjes

ZO MAAK JE HET:

1. Smelt de boter in een klein pannetje op laag vuur.
2. Voeg de fijngehakte salieblaadjes toe en laat dit 3 tot 4 minuten zachtjes trekken op heel laag vuur, zodat de boter de smaak van de salie opneemt.
3. Zet het vuur uit en laat de boter afkoelen tot deze handwarm is.
4. Verwarm de oven voor op 190 °C (hetelucht op 175 °C).
5. Plaats 12 papieren vormpjes in een muffinbakvorm.
6. Meng in een grote kom de bloem, het bakpoeder, de suiker en het zout goed door elkaar.
7. Klop in een andere kom de eieren los met de melk en het vanille-extract.
8. Giet hier vervolgens de afgekoelde salieboter (inclusief de stukjes salie) bij en roer kort door.
9. Giet de natte ingrediënten bij de droge ingrediënten.
10. Roer met een spatel of lepel kort door tot de bloem net is opgenomen.
11. Het deeg hoort wat klonterig te blijven.
12. Spatel ¾ van de bramen heel voorzichtig door het beslag, zodat ze heel blijven en het beslag niet volledig paars kleurt.
13. Verdeel het beslag over de 12 vormpjes.
14. Druk de resterende bramen bovenop de muffins.
15. Bak de muffins in 20 tot 25 minuten goudbruin en gaar.
16. Een prikker die je erin steekt moet er droog uitkomen.

HOUDBAARHEID:

- **Buiten de koelkast:** In een luchtdichte trommel blijven ze 2 tot 3 dagen sappig en vers. Leg een stukje keukenpapier onder de muffins in de trommel om overtollig vocht op te vangen.
- **In de vriezer:** Je kunt de muffins heel goed invriezen. Verpak ze luchtdicht, ze blijven tot 3 maanden goed. Warm ze na het ontdooien een paar minuten op in een oven op 150 °C. De geur van de salie komt dan weer helemaal tot leven!

BROCCOLI & OUDE KAAS MUFFINS



Hartige muffins zijn het ideale antwoord op de middagdip of een snelle lunch. Deze combinatie van knapperige broccoliroosjes en pittige, zoute oude kaas is een absolute winnaar. De oude kaas smelt heerlijk in het deeg en vormt bovenop een goudbruin, krokant korstje. Het is bovendien een slimme en lekkere manier om ongemerkt extra groenten binnen te krijgen! Een heerlijke, hartige traktatie boordevol smaak en textuur!

BEREIDINGSTIJD: 15 minuten voorbereiding (inclusief broccoli kort koken) + 20 minuten oventijd.
EETMOMENT: Geweldig als gezonde lunch, als hartig tussendoortje op kantoor of school, of als bijgerecht naast een warme kom soep of frisse salade.

DIT HEB JE NODIG: voor 12 muffins

de vulling:

- 150 g broccoli (alleen de kleine roosjes)
- 125 g oude kaas (geraspt)
- 1 kleine ui of 2 bosuitjes (fijngesneden)

droge ingrediënten:

- 250 g bloem
- 2 tl bakpoeder
- ½ tl baksoda (optioneel, voor extra luchtigheid)
- ½ tl zout
- ½ tl versgemalen zwarte peper
- 1 tl mosterdpoeder of paprikapoeder

natte ingrediënten:

- 2 eieren (L)
- 75 g boter (gesmolten) of zonnebloemolie
- 200 ml melk of karnemelk
- 1 tl gladde mosterd

MATERIAAL: muffinbakvorm met 12 holtes of 2x 6, 12 papieren/siliconen vormpjes

ZO MAAK JE HET:

1. Snijd de broccoli in heel kleine roosjes.
2. Kook of stoom deze 2 tot 3 minuten voor, zodat ze beetgaar zijn.
3. Spoel direct af met koud water en laat ze in een zeef extreem goed uitlekken en droogdeppen.
4. Verwarm de oven voor op 200 °C (hetelucht op 185 °C).
5. Vet een muffinbakvorm goed in of gebruik papieren vormpjes.
6. Meng in een grote kom de bloem, het bakpoeder, de baksoda, het zout, de peper en het mosterd-/paprikapoeder.
7. Klop in een andere kom de eieren los met de melk (of karnemelk), de gesmolten boter (of olie) en de theelepel mosterd.
8. Giet de natte ingrediënten bij de droge ingrediënten.
9. Roer kort door met een spatel of lepel.
10. Stop zodra het meel net is opgenomen; klontjes zijn prima.
11. Spatel de droge broccoliroosjes, de fijngesneden ui en 100 gram van de oude kaas door het beslag.
12. Bewaar de rest van de kaas voor de bovenkant.
13. Verdeel het beslag over de 12 vormpjes.
14. Bestrooi de bovenkant met de achtergehouden 25 g oude kaas.
15. Bak de muffins in 20 minuten goudbruin en gaar.

HOUDBAARHEID:

- **In de koelkast:** Omdat deze muffins verse groente en kaas bevatten, bewaar je ze in een afgesloten doos in de koelkast. Ze blijven daar 3 tot 4 dagen goed.
- **In de vriezer:** Je kunt ze luchtdicht verpakt tot 2 maanden invriezen. Laat ze rustig ontdooien op het aanrecht. Warm ze voor het serveren even op (ca. 5-8 minuten in een oven op 180 °C of 30 seconden in de magnetron). Warm of lauwwarm komt de smaak van de oude kaas het allerbeste tot zijn recht!

CARROT CAKE MUFFINS



Waarom wachten op een verjaardag als je de smaak van carrot cake ook in een muffin kunt vangen? Deze carrot cake muffins zijn heerlijk kruidig, super smeuïg door de geraspte wortel en afgetopt met een zijdezachte frosting van roomkaas. De combinatie van warme specerijen zoals kaneel en gember met het frisse van de topping maakt dit tot een absolute traktatie waar je vingers bij aflikt. Ze hebben de exacte smaak van de klassieke worteltjestaart, maar dan in een handig eenpersoonsformaat!

BEREIDINGSTIJD: 20 minuten voorbereiding (inclusief wortel raspen)
+ 20-22 minuten oventijd.
EETMOMENT: De ultieme traktatie bij een paasbrunch, als luxe tussendoortje bij de koffie, of als feestelijk gebakje op een verjaardag.

DIT HEB JE NODIG: voor 12 muffins

droge ingrediënten:
- 250 g bloem
- 2 tl bakpoeder
- 2 tl kaneel
- ½ tl gemberpoeder (optioneel, voor extra diepte)
- 150 g basterdsuiker (lichtbruin)
- 1 snufje zout

natte ingrediënten:
- 2 eieren (L)
- 100 ml zonnebloemolie (maakt ze extra smeuïg!)
- 100 ml melk
- 1 tl vanille-extract

de vulling:
- 150 g wortel (fijngeraspt)
- 50 g walnoten of pecannoten (gehakt)
- 40 g rozijnen (optioneel)

voor de roomkaas-frosting (optioneel maar zéér aanbevolen):
- 100 g roomkaas (bijv. MonChou of Philadelphia, op kamertemperatuur)
- 30 g zachte boter
- 50 g poedersuiker

MATERIAAL: muffinbakvorm met 12 holtes of 2x 6, 12 papieren/siliconen vormpjes

ZO MAAK JE HET:
1. Verwarm de oven voor op 190 °C (hetelucht op 175 °C).
2. Plaats 12 papieren vormpjes in een muffinbakvorm.
3. Meng in een grote kom de bloem, het bakpoeder, de kaneel, het gemberpoeder, de basterdsuiker en het zout goed door elkaar.
4. Klop in een andere kom de eieren los met de zonnebloemolie, de melk en het vanille-extract.
5. Giet de natte ingrediënten bij de droge ingrediënten.
6. Roer kort en rustig door met een spatel tot het meel net is opgenomen.
7. Spatel de fijngeraspte wortel, de gehakte noten en eventueel de rozijnen door het beslag.
8. Verdeel het beslag over de 12 vormpjes.
9. Bak de muffins in 20 tot 22 minuten goudbruin.
10. Controleer met een prikker of ze gaar zijn. Laat ze daarna volledig afkoelen.
11. Klop de zachte boter met de roomkaas en poedersuiker tot een gladde, romige crème.
12. Smeer of spuit een flinke toef op de volledig afgekoelde muffins en garneer eventueel met een extra brokje walnoot.

HOUDBAARHEID:
- **Met frosting:** Bewaar de muffins in een afgesloten doos in de koelkast vanwege de roomkaas. Ze blijven daar 3 tot 4 dagen heerlijk sappig.
- **Zonder frosting:** Je kunt ze buiten de koelkast 2 tot 3 dagen bewaren in een luchtdichte trommel.
- **In de vriezer:** De muffins (bij voorkeur zonder frosting) kun je tot 3 maanden invriezen. Ontdooi ze op het aanrecht en voeg eventueel daarna pas de verse frosting toe.

CHAI LATTE MUFFINS



Breng de gezellige sfeer van de herfst in huis met de kruidige geur van een chai latte. Deze muffins zijn geïnspireerd op de klassieke Indiase kruidenthee met melk. Door de specerijen eerst te laten trekken in warme melk, krijgt het beslag een diepe, volle smaak. Afgetopt met een zacht glazuur en een snufje kaneel zijn ze de ultieme traktatie voor een knusse middag. Ze hebben de herkenbare, warme smaak van je favoriete koffiebar-drankje!

BEREIDINGSTIJD: 20 minuten voorbereiding (inclusief thee trekken)
+ 20 minuten oventijd.
EETMOMENT: De ultieme verwennerij tijdens een knusse herfstmiddag, als luxe tussendoortje bij een warme drank, of als verrassing bij een high tea.

DIT HEB JE NODIG: voor 12 muffins

voor de chai-melk basis:
- 150 ml volle melk
- 2 zakjes chai thee (of 2 el losse chai kruidenthee)

droge ingrediënten:
- 250 g bloem
- 2 tl bakpoeder
- 1½ tl kaneel
- ½ tl gemberpoeder
- ½ tl kardemom
- ¼ tl kruidnagel (gemalen)
- 125 g basterdsuiker (lichtbruin)
- 1 snufje zout

natte ingrediënten:
- 2 eieren (L)
- 75 g boter (gesmolten)
- 1 tl vanille-extract

voor het chai-glazuur (optioneel):
- 100 g poedersuiker
- 1 à 2 el van de zelfgemaakte chai-melk (apart houden!)

MATERIAAL: muffinbakvorm met 12 holtes of 2x 6, 12 papieren/siliconen vormpjes

ZO MAAK JE HET:
1. Verwarm de melk in een pannetje tot het net niet kookt.
2. Hang de chai-theezakjes erin en laat dit 10 minuten op heel laag vuur trekken zodat de smaken intens worden.
3. Knijp de zakjes goed uit.
4. Houd 2 eetlepels van deze melk apart voor het glazuur en laat de rest afkoelen tot handwarm.
5. Verwarm de oven voor op 190 °C (hetelucht op 175 °C).
6. Plaats 12 papieren vormpjes in een muffinbakvorm.
7. Meng in een grote kom de bloem, het bakpoeder, alle specerijen (kaneel, gember, kardemom, kruidnagel), de basterdsuiker en het zout goed door elkaar.
8. Klop in een andere kom de eieren los met de afgekoelde chai-melk, de gesmolten boter en het vanille-extract.
9. Giet de natte ingrediënten bij de droge ingrediënten.
10. Roer kort en rustig door met een spatel tot de bloem net is opgenomen.
11. Klontjes in het beslag horen erbij.
12. Verdeel het beslag over de 12 vormpjes.
13. Bak de muffins in 20 minuten goudbruin en gaar.
14. Controleer met een prikker; als deze er schoon uitkomt, zijn ze klaar.
15. Laat ze volledig afkoelen.
16. Meng de poedersuiker met de apart gehouden chai-melk tot een dik, glanzend glazuur.
17. Druppel dit met een lepel in strepen over de afgekoelde muffins.

HOUDBAARHEID:
- **Buiten de koelkast:** In een luchtdichte trommel blijven ze 2 tot 3 dagen sappig en vers.
- **In de vriezer:** Je kunt de muffins heel goed invriezen. Verpak ze luchtdicht, ze blijven tot 3 maanden goed. Laat ze op het aanrecht ontdooien en warm ze eventueel een paar minuten op in de oven voor die 'versgebakken' ervaring.

CHOCOLATE CHIP MUFFINS



Soms is alleen de allerbeste chocoladetraktatie goed genoeg. Deze klassieke chocolate chip muffins zijn precies eins-op-eins zoals je ze bij een goede bakker koopt: een heerlijk zacht, vanilleachtig beslag met een rijke hoeveelheid chocoladestukjes die smelten in je mond. Door een combinatie van zowel melk- als pure chocolade te gebruiken, krijgen de muffins een extra diepe en gebalanceerde smaak. Ze zijn heerlijk luchtig, goudbruin en barsten van de stukjes chocolade!

BEREIDINGSTIJD: 10 minuten voorbereiding + 20 minuten oventijd.
EETMOMENT: De ultieme verwennerij als verjaardag traktatie, bij een luxe weekendbrunch, of gewoon als machtige snack op een luie middag.

DIT HEB JE NODIG: voor 12 muffins

droge ingrediënten:

- 250 g bloem
- 2 tl bakpoeder
- 150 g fijne kristalsuiker (of half kristalsuiker, half lichtbruine basterdsuiker voor extra smeuïgheid)
- 1 snufje zout

natte ingrediënten:

- 2 eieren (L)
- 75 g boter (gesmolten) of zonnebloemolie
- 150 ml volle melk
- 2 tl vanille-extract (onmisbaar voor die echte bakkerssmaak!)

de chocolade:

- 150 g chocolate chips of chocoladedruppels (een mix van puur en melk)
- Extra: 25 g chocolate chips om voor het bakken bovenop te strooien

MATERIAAL: muffinbakvorm met 12 holtes of 2x 6, 12 papieren/siliconen vormpjes

ZO MAAK JE HET:

1. Verwarm de oven voor op 190 °C (hetelucht op 175 °C).
2. Plaats 12 papieren vormpjes in een muffinbakvorm.
3. Meng in een grote kom de bloem, het bakpoeder, de suiker en het zout goed door elkaar.
4. Klop in een andere kom de eieren los met de melk, de gesmolten boter (of olie) en het vanille-extract.
5. Giet de natte ingrediënten bij de droge ingrediënten.
6. Roer met een spatel of lepel kort door.
7. Stop direct zodra je geen droge bloem meer ziet; de klontjes zorgen juist voor de perfecte, luchtige textuur.
8. Spatel 150 g van de chocolate chips voorzichtig en snel door het beslag.
9. Verdeel het beslag gelijkmatig over de 12 vormpjes.
10. Bestrooi de bovenkant met de achtergehouden 25 g chocolate chips, zodat ze er prachtig uitzien als ze uit de oven komen.
11. Bak de muffins in 20 minuten goudbruin en gaar.
12. Een prikker moet er droog uitkomen.

HOUDBAARHEID:

- **Buiten de koelkast:** In een luchtdichte trommel blijven ze 2 tot 3 dagen sappig en vers.
- **In de vriezer:** Je kunt de muffins heel goed invriezen. Verpak ze luchtdicht, ze blijven tot 3 maanden goed. Laat ze op het aanrecht ontdooien en warm ze eventueel een paar minuten op in de oven voor die 'versgebakken' ervaring.

CHOCOLADE BACON MUFFINS



De combinatie van diepe, zoete chocolade en zoute, krokante bacon is een bekende favoriet onder liefhebbers van de zoet-zoutcombinatie! Ben je klaar voor een smaakexplosie die al je zintuigen prikkelt? De combinatie van bacon en chocolade klinkt misschien gedurfd, maar het zoute, rokerige van knapperig uitgebakken spek versterkt de diepe, zoete smaak van pure chocolade op een magische wijze. Deze muffins hebben een rijke, donkere chocoladebasis en zijn gevuld met zowel smeltende chocolate chips als krokante stukjes bacon. Een gegarandeerde hit voor fijnproevers die houden van een verrassende twist.

BEREIDINGSTIJD: 20 minuten voorbereiding (inclusief bacon bakken)
+ 20 minuten oventijd.

EETMOMENT: Een fantastische verrassing tijdens een luxe weekendbrunch, als stoere traktatie op een feestje, of als ultieme 'guilty pleasure' snack bij een sterke kop koffie of een glas stevige rode wijn.

DIT HEB JE NODIG: voor 12 muffins

de bacon voorbereiding:

- 125 g ontbijtspek of bacon (in fijne reepjes)
- 1 el ahornsiroop (of vloeibare honing) om de bacon mee te glaceren

droge ingrediënten:

- 225 g bloem
- 40 g cacaopoeder (ongezoet, van goede kwaliteit)
- 2 tl bakpoeder
- 150 g basterdsuiker (licht- of donkerbruin)
- ½ tl zout

natte ingrediënten:

- 2 eieren (L)
- 75 g boter (gesmolten) of 4 el van het opgevangen spekvet voor extra rooksmaak
- 175 ml volle melk
- 1 tl vanille-extract

de chocolade vulling:

- 100 g pure chocolate chips (of gehakte pure chocolade)

MATERIAAL: muffinbakvorm met 12 holtes of 2x 6, 12 papieren/siliconen vormpjes

ZO MAAK JE HET:

1. Bak de baconreepjes in een droge koekenpan op middelhoog vuur tot ze bijna krokant zijn.
2. Giet de eetlepel ahornsiroop erbij en bak nog 1 minuut mee zodat de bacon een zoet, glanzend laagje krijgt.
3. Laat de bacon uitlekken op een bord met keukenpapier en laat het volledig afkoelen.
4. **TIP:** vang het bakvet op als je dit wilt gebruiken in plaats van boter.
5. Verwarm de oven voor op 190 °C (hetelucht op 175 °C).
6. Plaats 12 papieren vormpjes in een muffinbakvorm.
7. Zeef de bloem en het cacaopoeder in een grote kom.
8. Meng hier het bakpoeder, de basterdsuiker en het zout goed doorheen.
9. Klop in een andere kom de eieren los met de melk, het vanille-extract en de gesmolten boter (of het vloeibare spekvet).
10. Giet de natte ingrediënten bij de droge ingrediënten.
11. Roer kort en rustig door met een spatel tot het meel net is opgenomen.
12. Het deeg hoort dik en wat klonterig te zijn.
13. Hak de afgekoelde, krokante bacon in kleine stukjes.
14. Houd een klein handje bacon en een klein handje chocolate chips apart voor de garnering.
15. Spatel de rest van de bacon en de chocolate chips snel door het beslag.
16. Verdeel het beslag gelijkmatig over de 12 vormpjes.
17. Bestrooi de bovenkant met de achtergehouden bacon en chocolate chips.
18. Bak de muffins in 18 tot 20 minuten gaar.
19. Een prikker moet er nagenoeg schoon uitkomen
20. **Let op:** gesmolten chocolade kan aan de prikker plakken, maar er mag geen nat beslag aan zitten.

HOUDBAARHEID:

- **Buiten de koelkast:** Omdat deze muffins vlees bevatten, kun je ze het beste maximaal 1 dag op het aanrecht bewaren in een luchtdichte trommel.
- **In de koelkast:** In een afgesloten doos in de koelkast blijven ze 3 tot 4 dagen goed.
- **In de vriezer:** Luchtdicht verpakt kun je ze tot 2 maanden invriezen.
- **Opwarmen:** Warm de muffins voor het serveren altijd even op (ca. 5 minuten in een voorverwarmde oven op 160 °C of 15-20 seconden in de magnetron). Hierdoor smelt de chocolade weer en komt de hartige smaak van de bacon perfect tot zijn recht!

CITROEN-MAANZAAD & BOSBESSEN MUFFINS



Breng het zonnetje in huis met de ultieme frisse muffin. Deze citroen-maanzaad & bosbessen muffins combineren het beste van twee werelden. De textuur van de knapperige maanzaadjes in het zachte, met citroen verrijkte beslag is verrukkelijk. Tel daar de zoete bosbessen bij op die tijdens het bakken openbarsten, en je hebt een traktatie die net zo lekker smaakt als bij een luxe bakkerswinkel. De knapperige maanzaadjes, het frisse citroensap en de sappige bosbessen vormen een perfecte combinatie!

BEREIDINGSTIJD: 15 minuten voorbereiding + 20 minuten oventijd.
EETMOMENT: Geweldig als fris lente- of zomerontbijt, luxe toevoeging aan een paasbrunch, of als zomers tussendoortje tijdens een picknick in de buitenlucht.

DIT HEB JE NODIG: voor 12 muffins

droge ingrediënten:

- 250 g bloem
- 2 tl bakpoeder
- 150 g fijne kristalsuiker
- 2 el maanzaad
- 1 snufje zout

natte ingrediënten:

- 2 eieren (L)
- 75 g boter (gesmolten) of zonnebloemolie
- 100 ml volle melk
- 100 g Griekse yoghurt of zure room (voor een extra smeuïg resultaat)
- rasp en sap van 1 biologische citroen
- 1 tl vanille-extract

de vulling:

- 150 g bosbessen (vers of diepvries, niet vooraf ontdooien)
- 1 el bloem (om de bessen in te rollen, zodat ze niet naar de bodem zakken)

MATERIAAL: muffinbakvorm met 12 holtes of 2x 6, 12 papieren/siliconen vormpjes

ZO MAAK JE HET:

1. Verwarm de oven voor op 190 °C (hetelucht op 175 °C).
2. Plaats 12 papieren vormpjes in een muffinbakvorm.
3. Doe de kristalsuiker en de fijne citroenrasp in een grote kom.
4. Wrijf de rasp met je vingertoppen door de suiker tot het heerlijk aromatisch ruikt.
5. Meng hier vervolgens de bloem, het bakpoeder, het maanzaad en het zout doorheen.
6. Klop in een andere kom de eieren los met de melk, de Griekse yoghurt (of zure room), de gesmolten boter (of olie), het citroensap en het vanille-extract.
7. Giet de natte ingrediënten bij de droge ingrediënten.
8. Roer kort en rustig door met een spatel of lepel.
9. Stop zodra je geen droge bloem meer ziet; klontjes in het beslag zijn juist de bedoeling.
10. Hussel de bosbessen in een apart bakje met 1 eetlepel bloem tot ze rondom bedekt zijn.
11. Spatel ¾ van de bessen heel voorzichtig door het beslag.
12. Verdeel het beslag over de 12 vormpjes.
13. Verdeel de resterende bosbessen over de bovenkant.
14. Bak de muffins in 20 minuten goudbruin en gaar.
15. Een prikker die je in het midden steekt, moet er schoon uitkomen.

HOUDBAARHEID:

- **Buiten de koelkast:** In een luchtdichte trommel blijven ze 2 tot 3 dagen sappig en vers. Leg een stukje keukenpapier onder de muffins in de trommel om overtollig vocht op te vangen.
- **In de vriezer:** Je kunt de muffins heel goed invriezen. Verpak ze luchtdicht, ze blijven tot 3 maanden goed. Laat ze op het aanrecht ontdooien en warm ze eventueel een paar minuten op in de oven voor die 'versgebakken' ervaring.

COURGETTE & CHOCOLADE MUFFINS



Courgette en chocolade zijn een gouden combinatie in de bakwereld. De geraspte courgette smelt tijdens het bakken volledig weg in het beslag. Hierdoor levert het een fantastische, zachte structuur op zonder de smaak te beïnvloeden. Gecombineerd met een flinke hoeveelheid cacaopoeder en chocolate chips krijg je een intens donkere, rijke chocolademuffin die ook nog eens stiekem een portie groenten bevat.

BEREIDINGSTIJD: 15 minuten voorbereiding + 20-25 minuten oventijd.
EETMOMENT: Een perfect verantwoord tussendoortje voor school of werk, een hit als traktatie voor kinderen, of als machtige maar sappige snack bij een kop koffie.

DIT HEB JE NODIG: voor 12 muffins

droge ingrediënten:

- 225 g bloem
- 50 g cacaopoeder (ongezoet)
- 2 tl bakpoeder
- ½ tl baksoda
- 150 g basterdsuiker (donkerbruin of lichtbruin)
- 1 tl kaneel (optioneel, voor extra diepte)
- 1 snufje zout

natte ingrediënten:

- 2 eieren (L)
- 80 ml zonnebloemolie of gesmolten kokosolie
- 100 ml melk (of plantaardige drank)
- 1 tl vanille-extract

de vulling:

- 150 g courgette (fijngeraspt, ca. 1 kleine courgette)
- 100 g pure chocolate chips (of gehakte pure chocolade)

MATERIAAL: muffinbakvorm met 12 holtes of 2x 6, 12 papieren/siliconen vormpjes

ZO MAAK JE HET:

1. Verwarm de oven voor op 190 °C (hetelucht op 175 °C).
2. Plaats 12 papieren vormpjes in een muffinbakvorm.
3. Rasp de courgette fijn met een blokrasp.
4. Druk de geraspte courgette stevig uit in een schone theedoek of een stevig stuk keukenpapier om het overtollige vocht te verwijderen.
5. Weeg daarna 150 g af.
6. Meng in een grote kom de bloem, het cacaopoeder, het bakpoeder, de baksoda, de basterdsuiker, de kaneel en het zout goed door elkaar.
7. Klop in een andere kom de eieren los met de olie, de melk en het vanille-extract.
8. Giet de natte ingrediënten bij de droge ingrediënten.
9. Roer kort door met een spatel tot het meel grotendeels is opgenomen.
10. Voeg de uitgeknepen geraspte courgette en de chocolate chips toe.
11. Spatel het geheel rustig en kort door tot een compact beslag.
12. Verdeel het beslag gelijkmatig over de 12 vormpjes.
13. Bak de muffins in 20 minuten gaar in de oven.
14. Controleer met een houten prikker; deze mag er met een paar vochtige chocolade-kruimels uitkomen, maar er mag geen vloeibaar beslag aan zitten.
15. Laat ze goed afkoelen.

HOUDBAARHEID:

- **Buiten de koelkast:** Door het vocht van de courgette blijven deze muffins heel lang zacht. In een luchtdichte trommel blijven ze buiten de koelkast 3 tot 4 dagen supervers.
- **In de vriezer:** Dit recept leent zich uitstekend om in te vriezen. Luchtdicht verpakt blijven ze tot 3 maanden goed. Warm een muffin voor het eten 10 seconden op in de magnetron, dan smelten de chocolate chips weer heerlijk zacht!

COURGETTE & LIMOEN MUFFINS



Net als bij de chocolade-variant zorgt de courgette voor een waanzinnig sappige structuur, terwijl de limoen het geheel een knallende, frisse smaak geeft! Fris, fruitig en stiekem heel groen. Deze courgette & limoen muffins zijn de perfecte traktatie voor wie houdt van een citrusvleugje. De milde smaak van de courgette verdwijnt volledig in het beslag, maar laat een super malse muffin achter. Gecombineerd met de rasp en het sap van verse limoenen en een zoet limoenglazuur is dit een heerlijk gebakje dat perfect is voor zonnige dagen.

BEREIDINGSTIJD: 15 minuten voorbereiding + 20-25 minuten oventijd.
EETMOMENT: Geweldig als fris tussendoortje op een warme middag, als verrassende toevoeging aan een zomerse picknick, of als uniek gebakje bij een high tea.

DIT HEB JE NODIG: voor 12 muffins

droge ingrediënten:
- 250 g bloem
- 2 tl bakpoeder
- 150 g fijne kristalsuiker
- 1 snufje zout

natte ingrediënten:
- 2 eieren (L)
- 75 g boter (gesmolten) of zonnebloemolie
- 100 ml melk
- rasp van 2 biologische limoenen
- sap van 1 limoen
- 1 tl vanille-extract

de vulling:
- 150 g courgette (fijngeraspt, ca. 1 kleine courgette)

voor het limoenglazuur (optioneel):
- 100 g poedersuiker
- 1 à 2 el limoensap (van de tweede limoen)

MATERIAAL: muffinbakvorm met 12 holtes of 2x 6, 12 papieren/siliconen vormpjes

ZO MAAK JE HET:
1. Verwarm de oven voor op 190 °C (hetelucht op 175 °C).
2. Plaats 12 papieren vormpjes in een muffinbakvorm.
3. Rasp de courgette fijn met een blokrasp.
4. Druk de geraspte courgette stevig uit in een schone, droge theedoek om zoveel mogelijk vocht te verwijderen.
5. Weeg daarna 150 g af.
6. Meng de kristalsuiker en de fijne limoenrasp in een grote kom.
7. Wrijf de rasp met je vingertoppen door de suiker tot de aroma's goed vrijkomen.
8. Meng hier vervolgens de bloem, het bakpoeder en het zout doorheen.
9. Klop in een andere kom de eieren los met de melk, de gesmolten boter (of olie), het limoensap en het vanille-extract.
10. Giet de natte ingrediënten bij de droge ingrediënten. Roer kort en handmatig door met een spatel tot het meel net is opgenomen.
11. Spatel de uitgeperste geraspte courgette snel door het beslag tot het gelijkmatig verdeeld is.
12. Verdeel het beslag over de 12 vormpjes.
13. Bak de muffins in 20 minuten goudbruin en gaar.
14. Controleer met een houten prikker; deze moet er schoon uitkomen.
15. Laat ze volledig afkoelen.
16. Meng de poedersuiker met het limoensap tot een glad, dik vloeibaar wit glazuur.
17. Druppel dit met een lepel over de afgekoelde muffins en garneer eventueel met nog wat extra limoenrasp.

HOUDBAARHEID:
- **Buiten de koelkast:** Door de courgette blijven de muffins erg lang mals. In een luchtdichte trommel blijven ze buiten de koelkast 3 dagen heerlijk zacht.
- **In de vriezer:** Je kunt deze muffins (bij voorkeur zonder het glazuur) uitstekend invriezen. Luchtdicht verpakt blijven ze tot 3 maanden goed. Ontdooi ze op het aanrecht en voeg indien gewenst daarna het glazuur toe.

EARL GREY MUFFINS



Door de theeblaadjes te laten trekken in warme boter en melk, krijgt het beslag een verfijnde bergamotsmaak. Breng de verfijning van een Engelse 'afternoon tea' naar je eigen keuken. Deze Earl Grey muffins zijn een droom voor theeliefhebbers. De karakteristieke, licht bloemige smaak van bergamotolie uit de Earl Grey thee trekt diep in het beslag. Afgewerkt met een subtiel theeglazuur zijn ze heerlijk luchtig en perfect in balans: niet te zoet, maar uiterst smaakvol.

BEREIDINGSTIJD: 20 minuten voorbereiding + 20 minuten oventijd.
EETMOMENT: De ultieme traktatie voor een chique high tea, een rustig tussendoortje in de middag, of als luxe weekendontbijt.

DIT HEB JE NODIG: voor 12 muffins

de thee-basis:
- 100 ml volle melk
- 75 g boter
- 3 zakjes Earl Grey thee (of 2 el losse Earl Grey thee van goede kwaliteit)

droge ingrediënten:
- 250 g bloem
- 2 tl bakpoeder
- 125 g fijne kristalsuiker
- 1 snufje zout

natte ingrediënten:
- 2 eieren (L)
- 100 g Griekse yoghurt of zure room
- 1 tl vanille-extract

voor het Earl Grey glazuur (optioneel):
- 100 g poedersuiker
- 1 à 2 el van de apart gehouden Earl Grey melk

MATERIAAL: muffinbakvorm met 12 holtes of 2x 6, 12 papieren/siliconen vormpjes

ZO MAAK JE HET:
1. Doe de melk en de boter samen in een klein pannetje en verwarm op laag vuur tot de boter volledig gesmolten is en de melk handwarm.
2. Snijd 2 theezakjes open en voeg de fijne theeblaadjes rechtstreeks toe aan het pannetje.
3. Hang het 3e (dichte) zakje er ook bij.
4. Laat dit 10 tot 15 minuten op heel laag vuur trekken (niet koken!).
5. Haal het dichte zakje eruit en knijp goed uit.
6. Houd 2 eetlepels van deze aromatische vloeistof apart voor het glazuur.
7. Laat de rest afkoelen.
8. Verwarm de oven voor op 190 °C (hetelucht op 175 °C).
9. Plaats 12 papieren vormpjes in een muffinbakvorm.
10. Meng in een grote kom de bloem, het bakpoeder, de suiker en het zout goed door elkaar.
11. Klop in een andere kom de eieren los met de Griekse yoghurt, het vanille-extract en de afgekoelde Earl Grey-botermelk (inclusief de theeblaadjes voor de mooie spikkels en smaak).
12. Giet de natte ingrediënten bij de droge ingrediënten.
13. Roer kort en rustig door met een spatel tot de bloem net is opgenomen.
14. Het deeg hoort wat dik en klonterig te blijven.
15. Verdeel het beslag over de 12 vormpjes.
16. Bak de muffins in 20 minuten goudbruin.
17. Een prikker die je erin steekt, moet er schoon uitkomen.
18. Laat ze volledig afkoelen.
19. Meng de poedersuiker met de apart gehouden Earl Grey melk tot een dik, glanzend glazuur.
20. Druppel dit met een lepel over de afgekoelde muffins.

HOUDBAARHEID:
- **Buiten de koelkast:** In een luchtdichte trommel blijven ze 2 tot 3 dagen sappig en vers. Serveer ze eventueel met een klein likje clotted cream of lemon curd voor de ultieme Britse ervaring!
- **In de vriezer:** Je kunt de muffins (bij voorkeur zonder het glazuur) perfect invriezen. Luchtdicht verpakt blijven ze tot 3 maanden goed.

EGG MUFFINS



Hier is het recept voor gezonde en eiwitrijke egg muffins (of eimuffins). Dit recept is ideaal als basis, want je kunt eindeloos variëren met je favoriete groenten! Ben je op zoek naar een koolhydraatarm, eiwitrijk en super snel ontbijt? Egg muffins zijn in feite kleine, luchtige omeletjes uit de oven. Ze zijn de perfecte oplossing voor drukke ochtenden, omdat je ze heel eenvoudig vooraf kunt klaarmaken (mealpreppen). Je vult de vormpjes met verse groenten, giet er geklutst ei overheen en de oven doet de rest van het werk.

BEREIDINGSTIJD: 10 minuten voorbereiding + 15-20 minuten oventijd
EETMOMENT: De ultieme 'on-the-go' ontbijtmuffin, een gezonde en vullende lunch, of als eiwitrijke snack na het sporten.

DIT HEB JE NODIG: voor 12 muffins

de basis:

- 8 eieren (L)
- 50 ml melk of kookroom (maakt ze extra romig)
- 1 snufje zout
- ½ tl zwarte peper
- 1 tl paprikapoeder of Italiaanse kruiden

de vulling (naar keuze, bijvoorbeeld):

- 100 g geraspte kaas (bijv. mozzarella, cheddar of feta)
- 100 g verse spinazie (fijngesneden)
- ½ rode paprika (in kleine blokjes)
- 50 g cherrytomaatjes (in kwartjes)
- 2 bosuitjes (in ringetjes)

MATERIAAL: muffinbakvorm met 12 holtes of 2x 6, siliconen muffincups

ZO MAAK JE HET:

1. Verwarm de oven voor op 190 °C (hetelucht op 175 °C).
2. Vet een muffinbakvorm extreem goed in met een beetje olie of boter, of gebruik siliconen vormpjes.
3. **TIP:** Papieren vormpjes plakken heel erg vast aan ei, dus die kun je hier beter niet gebruiken.
4. Klop in een grote kom of maatbeker de 8 eieren los met de melk (of room), het zout, de peper en de kruiden tot een egaal mengsel.
5. Verdeel de fijngesneden groenten en ¾ van de geraspte kaas gelijkmatig over de bodem van de 12 muffinvormpjes.
6. Giet het eimengsel voorzichtig over de groenten in de vormpjes tot ze voor ongeveer ¾ gevuld zijn.
7. Ze rijzen flink in de oven (en zakken daarna weer iets in).
8. Strooi de resterende kaas over de bovenkant.
9. Bak de egg muffins in 15 tot 20 minuten gaar en goudbruin.
10. Ze moeten stevig aanvoelen in het midden.
11. Laat ze na het bakken 5 minuten afkoelen in de vorm en wip ze er dan voorzichtig uit met een mesje.

HOUDBAARHEID:

- **In de koelkast:** Dit is de kracht van de egg muffin! Bewaar ze in een afgesloten bakje in de koelkast, dan blijven ze tot 4 tot 5 dagen perfect goed.
- **In de vriezer:** Je kunt ze luchtdicht verpakt tot 2 maanden invriezen.
- **Opwarmen:** Je kunt ze koud eten, maar warm zijn ze het lekkerst. Warm ze 20-30 seconden op in de magnetron of ca. 5-8 minuten in een oven op 160 °C.

FETA & OLIJF MUFFINS



Hier is het recept voor heerlijke hartige feta & olijf muffins. Deze muffins brengen de smaken van het Middellandse Zeegebied samen in een luchtige, hartige traktatie! Waan je even in Griekenland met deze mediterrane smaakbommetjes. De romige, zoute feta smelt subtiel in het beslag en vormt een perfect contrast met de hartige, sappige stukjes olijf en aromatische kruiden. Of je nu kiest voor een zonnige picknick of een makkelijke doordeweekse lunch: deze muffins zijn ontzettend smaakvol, makkelijk te maken en weer eens wat anders dan de klassieke zoete muffin.

BEREIDINGSTIJD: 15 minuten voorbereiding + 20 minuten oventijd.
EETMOMENT: Ideaal als mediterrane lunch, verrassend hapje tijdens een borrel, makkelijke snack voor een picknick, of als bijgerecht bij een frisse salade of tomatensoep.

DIT HEB JE NODIG: voor 12 muffins

de vulling:

- 150 g feta (verkruimeld)
- 75 g zwarte of groene olijven (bijv. kalamata, in ringetjes)
- 1 kleine rode paprika (in heel kleine blokjes)
- 1 el verse rozemarijn of oregano (fijngehakt) of 1 tl gedroogde Italiaanse kruiden

droge ingrediënten:

- 250 g bloem
- 2 tl bakpoeder
- ½ tl baksoda (optioneel, voor extra luchtigheid)
- ¼ tl zout (let op: feta en olijven zijn al erg zout!)
- ½ tl versgemalen zwarte peper

natte ingrediënten:

- 2 eieren (L)
- 75 ml olijfolie (geeft die échte mediterrane smaak)
- 175 ml melk of karnemelk
- 1 tl vloeibare honing (om de zoute smaken perfect te balanceren)

MATERIAAL: muffinbakvorm met 12 holtes of 2x 6, 12 papieren/siliconen vormpjes

ZO MAAK JE HET:

1. Verwarm de oven voor op 200 °C (hetelucht op 185 °C).
2. Vet een muffinbakvorm goed in of voorzie deze van papieren of siliconen vormpjes.
3. Meng in een grote kom de bloem, het bakpoeder, de baksoda, het zout, de peper en de kruiden (rozemarijn of oregano) goed door elkaar.
4. Klop in een andere kom de eieren los met de olijfolie, de melk (of karnemelk) en de honing tot een egaal mengsel.
5. Giet de natte ingrediënten bij de droge ingrediënten.
6. Roer kort door met een spatel of lepel tot het meel net is opgenomen.
7. Het deeg hoeft niet glad te zijn; klontjes zorgen voor een luchtige structuur.
8. Houd een klein handje feta en een paar olijfringetjes apart voor de garnering.
9. Spatel de rest van de feta, de olijven en de paprikablokjes voorzichtig door het beslag.
10. Verdeel het beslag gelijkmatig over de 12 vormpjes.
11. Garneer de bovenkant met de achtergehouden feta en olijven.
12. Bak de muffins in 18 tot 20 minuten goudbruin en gaar.
13. Een prikker die je in het midden steekt, moet er schoon uitkomen.
14. Laat ze 5 minuten afkoelen in de vorm voordat je ze serveert.

HOUDBAARHEID:

- **In de koelkast:** Vanwege de verse feta bewaar je deze muffins het beste in een afgesloten doos in de koelkast. Ze blijven daar 3 tot 4 dagen goed.
- **In de vriezer:** Je kunt de muffins heel goed invriezen. Verpak ze luchtdicht, ze blijven tot 3 maanden goed. Laat ze op het aanrecht ontdooien en warm ze eventueel een paar minuten op in de oven voor die 'versgebakken' ervaring.
- **Opwarmen:** Hoewel ze koud erg lekker zijn, komt de smaak nóg beter tot zijn recht als je ze even opwarmt: ca. 5 tot 8 minuten in een voorverwarmde oven op 160 °C of 20-30 seconden in de magnetron.

FRAMBOOS MUFFINS



Deze muffins hebben een zachte vanillebasis die perfect samengaat met de frisse smaak van de vruchten. Frambozen zijn door hun delicate, friszoete smaak perfect om in een muffin te verwerken. Tijdens het bakken worden de frambozen heerlijk zacht en geven ze hun sap af aan het deeg, wat zorgt voor een ongekend smeuïg resultaat. Dit recept is snel te maken en een absolute favoriet voor jong en oud.

BEREIDINGSTIJD: 15 minuten voorbereiding + 20-22 minuten oventijd.
EETMOMENT: Geweldig als luxe ontbijt, fris tussendoortje bij de thee, of als kleurrijke traktatie tijdens een high tea of picknick.

DIT HEB JE NODIG: voor 12 muffins

droge ingrediënten:
- 250 g bloem
- 2 tl bakpoeder
- 130 g fijne kristalsuiker
- 1 snufje zout

natte ingrediënten:
- 2 eieren (L)
- 75 g boter (gesmolten) of zonnebloemolie
- 125 ml melk
- 75 g Griekse yoghurt of zure room
- 1½ tl vanille-extract

de vulling:
- 150 g frambozen (vers of diepvries, niet vooraf ontdooien)
- 1 el bloem (om de frambozen in te rollen, zodat ze heel blijven en niet naar de bodem zakken)

MATERIAAL: muffinbakvorm met 12 holtes of 2x 6, 12 papieren/siliconen vormpjes

ZO MAAK JE HET:
1. Verwarm de oven voor op 190 °C (hetelucht op 175 °C).
2. Plaats 12 papieren vormpjes in een muffinbakvorm.
3. Meng in een grote kom de bloem, het bakpoeder, de suiker en het zout goed door elkaar.
4. Klop in een andere kom de eieren los met de melk, de Griekse yoghurt, de gesmolten boter (of olie) en het vanille-extract.
5. Giet de natte ingrediënten bij de droge ingrediënten.
6. Roer kort en rustig door met een spatel.
7. Stop zodra je geen droge bloem meer ziet; het deeg hoort wat klonterig te zijn.
8. Hussel de frambozen in een apart schaaltje met 1 eetlepel bloem tot ze rondom bedekt zijn.
9. Spatel ¾ van de frambozen heel voorzichtig en kort door het beslag om te voorkomen dat ze helemaal kapotgaan.
10. Verdeel het beslag over de 12 vormpjes.
11. Verdeel de resterende frambozen over de bovenkant en druk ze heel lichtjes aan.
12. Bak de muffins in 20 tot 22 minuten goudbruin en gaar.
13. Een prikker moet er schoon uitkomen.

HOUDBAARHEID:
- **Buiten de koelkast:** Bewaar ze in een luchtdichte trommel. Ze blijven 2 tot 3 dagen lekker sappig. Leg een velletje keukenpapier onderin de trommel om overtollig fruitvocht op te vangen.
- **In de vriezer:** Je kunt de muffins heel goed invriezen. Verpak ze luchtdicht, ze blijven tot 3 maanden goed. Laat ze op het aanrecht ontdooien en warm ze eventueel een paar minuten op in de oven voor die 'versgebakken' ervaring.

GEITENKAAS MUFFINS



De romige, zachte structuur van de geitenkaas combineert perfect met de subtiele zoetheid van honing en het aardse van walnoten! Hartig, romig en een tikkeltje luxueus. Geitenkaas leent zich door zijn zachte textuur en uitgesproken smaak perfect voor een hartige muffin. In dit recept combineren we de kaas met tijm, honing en knapperige walnoten. Dit zorgt voor de ultieme balans tussen hartig en zoet. Of je ze nu serveert bij de borrel of inpakt voor een lunch in het park: deze muffins vallen gegarandeerd in de smaak.

BEREIDINGSTIJD: 15 minuten voorbereiding + 20 minuten oventijd.
EETMOMENT: De perfecte toevoeging aan een luxe herfst- of winterbrunch, een verrassend hapje op een borrelplank, of als vullende en gezonde lunch met een bijpassende salade.

DIT HEB JE NODIG: voor 12 muffins

de vulling:

- 150 g zachte geitenkaas (bijvoorbeeld een rolletje zonder korst)
- 50 g walnoten (grof gehakt)
- 1 el verse tijmblaadjes (of 1 tl gedroogde tijm)

droge ingrediënten:

- 250 g bloem
- 2 tl bakpoeder
- ½ tl baksoda
- ½ tl zout
- ½ tl versgemalen zwarte peper

natte ingrediënten:

- 2 eieren (L)
- 75 ml olijfolie of gesmolten boter
- 175 ml melk of karnemelk
- 2 el vloeibare honing (onmisbaar in combinatie met geitenkaas!)

MATERIAAL: muffinbakvorm met 12 holtes of 2x 6, 12 papieren/siliconen vormpjes

ZO MAAK JE HET:

1. Verwarm de oven voor op 200 °C (hetelucht op 185 °C).
2. Vet een muffinbakvorm goed in of gebruik papieren/siliconen vormpjes.
3. Meng in een grote kom de bloem, het bakpoeder, de baksoda, het zout, de zwarte peper en de tijm goed door elkaar.
4. Klop in een andere kom de eieren los met de olijfolie (of gesmolten boter), de melk (of karnemelk) en de honing tot een egaal mengsel.
5. Giet de natte ingrediënten bij de droge ingrediënten.
6. Roer kort door met een spatel of lepel tot het meel net is opgenomen.
7. Het deeg hoort wat klonterig te blijven.
8. Verkruimel de geitenkaas.
9. Houd een klein handje geitenkaas en een paar stukjes walnoot apart voor de bovenkant.
10. Spatel de rest van de geitenkaas en de gehakte walnoten voorzichtig door het beslag.
11. Verdeel het beslag gelijkmatig over de 12 vormpjes.
12. Garneer de bovenkant met de achtergehouden geitenkaas en walnoten.
13. Druppel er eventueel nog een heel klein beetje extra honing over.
14. Bak de muffins in 18 tot 20 minuten goudbruin en gaar.

HOUDBAARHEID:

- **In de koelkast:** Omdat deze muffins verse kaas bevatten, bewaar je ze in een afgesloten doos in de koelkast. Ze blijven daar 3 tot 4 dagen goed. Lauwwarm zijn ze veruit het lekkerst, omdat de geitenkaas dan weer heerlijk romig en zacht wordt. Warm ze ca. 5 tot 8 minuten op in een voorverwarmde oven op 160 °C of 20-30 seconden in de magnetron.
- **In de vriezer:** Je kunt de muffins heel goed invriezen. Verpak ze luchtdicht, ze blijven tot 3 maanden goed. Laat ze op het aanrecht ontdooien en warm ze eventueel een paar minuten op in de oven voor die 'versgebakken' ervaring.

GEMBER MUFFINS



Met een diepe, kruidige smaak en een vleugje zoetheid zijn ze perfect voor liefhebbers van gember! Als je houdt van een krachtige, oppeppende smaak, dan zijn deze gember muffins een absolute aanrader. In dit recept combineren we gemberpoeder voor een warme basis met stukjes stemgember in siroop voor een sappige, zoete bite. De combinatie van specerijen en de zoetheid van basterdsuiker doet een beetje denken aan traditionele kruidkoek, maar dan in een heerlijk luchtig muffinformaat.

BEREIDINGSTIJD: 15 minuten voorbereiding + 20 minuten oventijd.
EETMOMENT: De ultieme opkikker als tussendoortje op een koude middag, heerlijk bij een kop gember- of zwarte thee, of als verrassend onderdeel van een herfstbrunch.

DIT HEB JE NODIG: voor 12 muffins

droge ingrediënten:
- 250 g bloem
- 2 tl bakpoeder
- 1½ el gemberpoeder
- 1 tl kaneel
- 125 g basterdsuiker (donkerbruin, voor een diepe karamelsmaak)
- 1 snufje zout

natte ingrediënten:
- 2 eieren (L)
- 75 g boter (gesmolten) of zonnebloemolie
- 150 ml melk
- 2 el gemberstroop (uit het potje stemgember)
- 1 tl vanille-extract

de vulling:
- 75 g stemgember (bolletjes op siroop), in heel kleine blokjes gesneden

MATERIAAL: muffinbakvorm met 12 holtes of 2x 6, 12 papieren/siliconen vormpjes

ZO MAAK JE HET:
1. Verwarm de oven voor op 190 °C (hetelucht op 175 °C).
2. Plaats 12 papieren vormpjes in een muffinbakvorm.
3. Meng in een grote kom de bloem, het bakpoeder, het gemberpoeder, de kaneel, de donkerbruine basterdsuiker en het zout goed door elkaar.
4. Zorg dat eventuele klontjes in de suiker fijngewreven zijn.
5. Klop in een andere kom de eieren los met de melk, de gesmolten boter (of olie), de gemberstroop en het vanille-extract.
6. Giet de natte ingrediënten bij de droge ingrediënten.
7. Roer kort en rustig door met een spatel of lepel tot het meel net is opgenomen.
8. Het deeg hoort compact en klonterig te blijven.
9. Spatel de fijngesneden stukjes stemgember voorzichtig door het beslag.
10. Verdeel het beslag gelijkmatig over de 12 vormpjes.
11. Bak de muffins in 20 minuten goudbruin en gaar.
12. Controleer de gaarheid met een prikker; deze moet er schoon uitkomen.
13. Laat ze afkoelen op een rooster.

HOUDBAARHEID:
- **Buiten de koelkast:** In een luchtdichte trommel blijven de muffins 3 tot 4 dagen heerlijk zacht en klef (op een goede manier, dankzij de gemberstroop).
- **In de vriezer:** Je kunt de muffins heel goed invriezen. Verpak ze luchtdicht, ze blijven tot 3 maanden goed. Warm een ontdooide gember muffin 5 minuten op in een oven op 150 °C. De gemberolie komt dan weer helemaal vrij, waardoor je hele keuken heerlijk gaat ruiken!

HARTIGE KAAS-SPEK MUFFINS



Ben je op zoek naar de ultieme hartige snack die gegarandeerd indruk maakt? Deze klassieke kaas-spek muffins combineren het beste van twee werelden: een zacht, luchtig beslag met knapperig uitgebakken spekjes en lekker veel geraspte kaas. Tijdens het bakken smelt de kaas door het deeg heen, terwijl er aan de bovenkant een heerlijk goudbruin, krokant korstje ontstaat. Een geurige traktatie die direct zorgt voor comfortfood-vibes.

BEREIDINGSTIJD: 15 minuten voorbereiding + 20 minuten oventijd.
EETMOMENT: Perfect als hartig ontbijt voor onderweg, een stevige lunch, een hartige snack tijdens de borrel, of als bijgerecht bij een warme kom soep.

DIT HEB JE NODIG: voor 12 muffins

de vulling:

- 150 g magere spekreepjes of ontbijtspek (in kleine blokjes)
- 125 g geraspte kaas (bijv. belegen of extra belegen voor meer smaak)
- 1 kleine ui of 2 bosuitjes (fijngesneden)

droge ingrediënten:

- 250 g bloem
- 2 tl bakpoeder
- ½ tl baksoda (optioneel, voor extra luchtigheid)
- ½ tl zout (let op: spek en kaas zijn al zout)
- ½ tl versgemalen zwarte peper
- 1 tl paprikapoeder (mild of gerookt)

natte ingrediënten:

- 2 eieren (L)
- 75 g boter (gesmolten) of 4 el van het opgevangen spekvet voor extra smaak
- 200 ml melk of karnemelk
- 1 tl mosterd (geeft een lekkere diepe smaak aan de kaas)

MATERIAAL: muffinbakvorm met 12 holtes of 2x 6, 12 papieren/siliconen vormpjes

ZO MAAK JE HET:

1. Bak de spekreepjes in een droge koekenpan op middelhoog vuur goudbruin en knapperig.
2. Voeg de laatste 2 minuten de fijngesneden ui toe en bak deze kort mee tot ze zacht is.
3. Laat het mengsel uitlekken op een bord met keukenpapier.
4. **TIP:** vang het vloeibare spekvet op als je dit wilt gebruiken in plaats van gesmolten boter.
5. Verwarm de oven voor op 200 °C (hetelucht op 185 °C).
6. Vet een muffinbakvorm goed in met olie of boter, of gebruik papieren vormpjes.
7. Meng in een grote kom de bloem, het bakpoeder, de baksoda, het zout, de zwarte peper en het paprikapoeder goed door elkaar.
8. Klop in een andere kom de eieren los met de melk (of karnemelk), de gesmolten boter (of het spekvet) en de mosterd.
9. Giet de natte ingrediënten bij de droge ingrediënten.
10. Roer kort door met een spatel of lepel tot de bloem net is opgenomen.
11. Het deeg hoort wat klonterig te blijven; te lang roeren maakt de muffins taai.
12. Houd een klein handje spekjes en geraspte kaas apart voor de garnering.
13. Spatel de rest van de spekjes, ui en geraspte kaas voorzichtig door het beslag.
14. Verdeel het beslag gelijkmatig over de 12 vormpjes.
15. Bestrooi de bovenkant met de achtergehouden spekjes en kaas.
16. Bak de muffins in 18 tot 20 minuten goudbruin en gaar.
17. Een prikker moet er schoon uitkomen.

HOUDBAARHEID:

- **In de koelkast:** Omdat deze muffins vlees en zuivel bevatten, bewaar je ze in een afgesloten doos in de koelkast. Ze blijven daar 3 tot 4 dagen goed.
- **In de vriezer:** Luchtdicht verpakt kun je ze tot 2 maanden invriezen. Hoewel ze koud prima te eten zijn, zijn ze lauwwarm of warm veruit het lekkerst omdat de kaas dan weer heerlijk zacht wordt. Warm ze 5 tot 8 minuten op in een voorverwarmde oven op 160 °C of ca. 20-30 seconden in de magnetron.

HAZELNOOT MUFFINS



Voor liefhebbers van noten is dit de ultieme traktatie. Deze hazelnoot muffins combineren gemalen hazelnoten in het beslag voor een zachte textuur met grof gehakte hazelnoten bovenop voor een heerlijke, knapperige bite. De smaak doet denken aan een luxe bakkersgebakje en vult je hele huis tijdens het bakken met een onweerstaanbaar herfstig aroma. Door de hazelnoten kort te roosteren, krijgt het beslag een diepe, nootachtige smaak!

BEREIDINGSTIJD: 15 minuten voorbereiding + 20 minuten oventijd.
EETMOMENT: Geweldig als luxe tussendoortje bij een warme kop koffie of cappuccino, als onderdeel van een feestelijke brunch, of als herfstige traktatie.

DIT HEB JE NODIG: voor 12 muffins

droge ingrediënten:

- 200 g bloem
- 75 g hazelnoten (fijngemalen tot een meel)
- 2 tl bakpoeder
- 125 g basterdsuiker (lichtbruin, voor een zachte karamelsmaak)
- 1 snufje zout

natte ingrediënten:

- 2 eieren (L)
- 75 g boter (gesmolten) of zonnebloemolie
- 150 ml volle melk
- 1 tl vanille-extract
- ¼ tl amandelextract (optioneel, versterkt de nootachtige smaak enorm)

de garnering:

- 50 g hazelnoten (grof gehakt, om over de bovenkant te strooien)

MATERIAAL: muffinbakvorm met 12 holtes of 2x 6, 12 papieren/siliconen vormpjes

ZO MAAK JE HET:

1. Rooster alle hazelnoten (zowel de 75 g als de 50 g) 3 tot 4 minuten in een droge koekenpan op middelhoog vuur tot ze goudbruin kleuren en heerlijk gaan ruiken.
2. Laat ze volledig afkoelen.
3. Maal 75 gram van de hazelnoten fijn in een keukenmachine tot een grof meel.
4. Hak de overige 50 gram hazelnoten met een mes in grove stukjes voor de bovenkant.
5. Verwarm de oven voor op 190 °C (hetelucht op 175 °C).
6. Plaats 12 papieren vormpjes in een muffinbakvorm.
7. Meng in een grote kom de bloem, het fijngemalen hazelnootmeel, het bakpoeder, de basterdsuiker en het zout goed door elkaar.
8. Klop in een andere kom de eieren los met de melk, de gesmolten boter (of olie), het vanille-extract en eventueel het amandelextract.
9. Giet de natte ingrediënten bij de droge ingrediënten.
10. Roer kort en rustig door met een spatel tot het meel net is opgenomen.
11. Klontjes zijn geen probleem; te lang roeren maakt de muffins compact.
12. Verdeel het beslag gelijkmatig over de 12 vormpjes.
13. Bestrooi de bovenkant royaal met de grof gehakte hazelnoten en druk ze heel lichtjes aan in het beslag.
14. Bak de muffins in 20 minuten goudbruin en gaar.
15. Een prikker moet er schoon uitkomen.

HOUDBAARHEID:

- **Buiten de koelkast:** In een luchtdichte trommel blijven de muffins 3 tot 4 dagen heerlijk vers. Door de vetten in de hazelnoten drogen ze minder snel uit dan gewone muffins.
- **In de vriezer:** Je kunt de muffins heel goed invriezen. Verpak ze luchtdicht, ze blijven tot 3 maanden goed. Warm een ontdooide hazelnoot muffin 5 minuten op in een voorverwarmde oven op 150 °C. De oliën in de hazelnoten worden dan weer warm, waardoor ze smaken alsof ze net zijn gebakken!

JALAPEÑO CORNBREAD MUFFINS



Dit is een populaire Amerikaanse klassieker met de perfecte balans tussen een lichtzoete maïsbasis en een pittige kick! Breng de smaken van het Amerikaanse Zuiden naar je keuken met deze goudgele maïsmuffins. Traditioneel cornbread wordt gemaakt met maïsmeel (polenta), wat zorgt voor een unieke, licht kruimelige structuur en een milde, natuurlijke zoetheid. Door hier pittige ringetjes jalapeñopeper en gesmolten kaas aan toe te voegen, krijg je een hartige muffin die gegarandeerd voor een warme smaaksensatie zorgt.

BEREIDINGSTIJD: 15 minuten voorbereiding + 20 minuten oventijd.
EETMOMENT: De ultieme begeleider van een warme kom chili con carne, perfect naast een barbecue- of grillgerecht, of als stevige en hartige lunch.

DIT HEB JE NODIG: voor 12 muffins

droge ingrediënten:

- 150 g maïsmeel (fijne polenta)
- 100 g bloem
- 2 tl bakpoeder
- ½ tl baksoda (optioneel)
- 1 el suiker (om de smaken te balanceren)
- ½ tl zout

natte ingrediënten:

- 2 eieren (L)
- 75 g boter (gesmolten)
- 200 ml karnemelk (onmisbaar voor de binding met maïsmeel!)

de vulling:

- 1 à 2 verse jalapeñopepers (in dunne ringetjes, eventueel zonder zaadjes voor minder pittigheid)
- 100 g geraspte cheddar of belegen kaas
- 100 g maïskorrels (uit blik, goed uitgelekt)

MATERIAAL: muffinbakvorm met 12 holtes of 2x 6, 12 papieren/siliconen vormpjes

ZO MAAK JE HET:

1. Verwarm de oven voor op 200 °C (hetelucht op 185 °C).
2. Vet een muffinbakvorm heel goed in met boter of olie, of gebruik papieren/siliconen vormpjes.
3. Meng in een grote kom het maïsmeel, de bloem, het bakpoeder, de baksoda, de suiker en het zout goed door elkaar.
4. Klop in een andere kom de eieren los met de karnemelk en de gesmolten boter.
5. Giet de natte ingrediënten bij de droge ingrediënten.
6. Roer met een spatel kort door tot alles net is gemengd.
7. Maïsmeel-beslag hoort een beetje dik en korrelig te zijn; roer vooral niet te lang.
8. Houd 12 mooie jalapeño-ringetjes en een klein handje kaas apart voor de bovenkant.
9. Spatel de rest van de jalapeño's, de geraspte kaas en de maïskorrels voorzichtig door het beslag.
10. Verdeel het beslag gelijkmatig over de 12 vormpjes.
11. Bestrooi met de achtergehouden kaas en leg op elke muffin een plakje jalapeño.
12. Bak de muffins in 18 tot 20 minuten goudbruin en gaar.
13. Een prikker moet er droog uitkomen.

HOUDBAARHEID:

- **In de koelkast:** Bewaar ze in een afgesloten doos in de koelkast. Ze blijven daar 3 tot 4 dagen goed.
- **In de vriezer:** Dit cornbread leent zich uitstekend om in te vriezen. Luchtdicht verpakt blijven ze tot 2 maanden goed.
- **Opwarmen:** Cornbread kan na een paar dagen wat droger worden. Warm ze voor het serveren daarom altijd even op (ca. 5-8 minuten in de oven op 160 °C of 20 seconden in de magnetron) en serveer ze traditioneel met een flinke lik roomboter en een drupje honing!

KARAMEL-ZEEZOUT MUFFINS



Er gaat niets boven de magische combinatie van zoet en zout. Deze muffins hebben een zachte basis waarin stukjes zachte karamel (fudge) meebakken en vloeibaar worden. Alsof dat nog niet genoeg is, worden ze na het bakken afgetopt met een glanzende, zelfgemaakte karamelsaus en een snufje grof zeezout. Een ware traktatie voor de echte zoetekauw! De combinatie van diepe, zoete karamel en knapperige korrels zeezout is een absolute favoriet!

BEREIDINGSTIJD: 15 minuten voorbereiding + 20 minuten oventijd.
EETMOMENT: De ultieme verwennerij als feestelijke traktatie, spectaculair dessert tijdens een diner, of als luxe snack bij een grote kop koffie of latte macchiato.

DIT HEB JE NODIG: voor 12 muffins

droge ingrediënten:

- 250 g bloem
- 2 tl bakpoeder
- 100 g basterdsuiker (lichtbruin, voor een zachte karamelsmaak)
- 1 snufje fijn zout

natte ingrediënten:

- 2 eieren (L)
- 75 g boter (gesmolten) of zonnebloemolie
- 150 ml volle melk
- 1 tl vanille-extract

de vulling & topping:

- 100 g zachte karamel fudge (bijv. Lonka, in kleine blokjes gesneden)
- 4 el kant-en-klare of zelfgemaakte vloeibare karamelsaus
- 1 tl grof zeezout (fleur de sel of Maldon-zoutvlokken)

MATERIAAL: muffinbakvorm met 12 holtes of 2x 6, 12 papieren/siliconen vormpjes

ZO MAAK JE HET:

1. Verwarm de oven voor op 190 °C (hetelucht op 175 °C).
2. Plaats 12 papieren vormpjes in een muffinbakvorm.
3. Meng in een grote kom de bloem, het bakpoeder, de lichtbruine basterdsuiker en het snufje fijne zout goed door elkaar.
4. Klop in een andere kom de eieren los met de melk, de gesmolten boter (of olie) en het vanille-extract.
5. Giet de natte ingrediënten bij de droge ingrediënten.
6. Roer kort en rustig door met een spatel of lepel.
7. Stop direct zodra je geen droge bloem meer ziet; het deeg hoort wat klonterig te blijven.
8. Spatel de stukjes gesneden karamel fudge snel door het beslag.
9. Verdeel het beslag gelijkmatig over de 12 vormpjes.
10. Bak de muffins in 20 minuten goudbruin.
11. Een prikker moet er nagenoeg schoon uitkomen (let op: gesmolten fudge aan de prikker is niet erg, zolang er maar geen vloeibaar deeg aan zit).
12. Laat ze op een rooster afkoelen.
13. Verwarm de vloeibare karamelsaus heel even (ca. 10 seconden in de magnetron) zodat deze goed vloeibaar is.
14. Druppel met een lepel mooie strepen karamelsaus over de muffins.
15. Bestrooi de bovenkant direct daarna met de grove korrels zeezout, zodat ze in de saus blijven plakken.

HOUDBAARHEID:

- **Buiten de koelkast:** In een luchtdichte trommel blijven de muffins 2 tot 3 dagen heerlijk zacht en lekker klef.
- **In de vriezer:** Je kunt de muffins (bij voorkeur zonder de vloeibare karamelsaus en het zeezout) tot 3 maanden invriezen. Laat ze op het aanrecht ontdooien en warm ze eventueel een paar minuten op in de oven voor die 'versgebakken' ervaring.
- **Opwarmen:** Warm een muffin voor het serveren 10 seconden op in de magnetron. De stukjes fudge binnenin smelten dan weer heerlijk, waarna je de verse saus en het zeezout kunt toevoegen!

KARDEMOM-PISTACHE MUFFINS



Breng de smaken van het Midden-Oosten naar je eigen keuken. Deze kardemom-pistache muffins zijn een droom voor liefhebbers van verfijnde specerijen. Versgemalen kardemom geeft het beslag een intense, warme geur die perfect samengaat met het vette, nootachtige karakter van de pistachenoten. Afgetopt met glanzende groene pistachekruimels en een subtiel glazuur zijn deze muffins een lust voor het oog én de tong. De warme, licht-citrusachtige smaak van kardemom combineert fantastisch met de rijke, nootachtige smaak van pistache!

BEREIDINGSTIJD: 15 minuten voorbereiding + 20 minuten oventijd.
EETMOMENT: Prachtig als luxe tussendoortje bij een kop muntthee of sterke koffie, als verrassend onderdeel van een feestelijke brunch, of als elegant dessert.

DIT HEB JE NODIG: voor 12 muffins

droge ingrediënten:

- 225 g bloem
- 50 g ongezouten pistachenoten (fijngemalen tot meel)
- 2 tl bakpoeder
- 1½ tl kardemompoeder (versgemalen is het lekkerst!)
- 125 g fijne kristalsuiker
- 1 snufje zout

natte ingrediënten:

- 2 eieren (L)
- 75 g boter (gesmolten) of zonnebloemolie
- 150 ml volle melk (of karnemelk voor een frissere touch)
- 1 tl vanille-extract
- 1 el rozenwater (optioneel, voor die échte traditionele smaak)

de garnering:

- 40 g ongezouten pistachenoten (grof gehakt, voor de bovenkant)
- 100 g poedersuiker
- 1 à 2 el water of citroensap (voor het glazuur)

MATERIAAL: muffinbakvorm met 12 holtes of 2x 6, 12 papieren/siliconen vormpjes

ZO MAAK JE HET:

1. Maal 50 g van de pistachenoten in een keukenmachine tot een fijn meel (pas op dat het geen pasta wordt).
2. Hak de overige 40 g pistachenoten met een mes grof voor de garnering.
3. Verwarm de oven voor op 190 °C (hetelucht op 175 °C).
4. Plaats 12 papieren vormpjes in een muffinbakvorm.
5. Meng in een grote kom de bloem, het zelfgemalen pistachemeel, het bakpoeder, het kardemompoeder, de suiker en het zout goed door elkaar.
6. Klop in een andere kom de eieren los met de melk, de gesmolten boter (of olie), het vanille-extract en eventueel het rozenwater.
7. Giet de natte ingrediënten bij de droge ingrediënten.
8. Roer kort en rustig door met een spatel tot het meel net is opgenomen. Het deeg hoort wat dik en klonterig te blijven.
9. Verdeel het beslag gelijkmatig over de 12 vormpjes.
10. Bestrooi de bovenkant met de helft van de grof gehakte pistachenoten.
11. Bak de muffins in 20 minuten goudbruin en gaar.
12. Een prikker moet er schoon uitkomen.
13. Laat ze volledig afkoelen op een rooster.
14. Meng de poedersuiker met het water of citroensap tot een dik, glanzend glazuur.
15. Druppel het glazuur over de afgekoelde muffins en strooi direct de rest van de gehakte pistachenoten eroverheen zodat ze mooi blijven plakken.

HOUDBAARHEID:

- **Buiten de koelkast:** In een luchtdichte trommel blijven de muffins 3 dagen heerlijk zacht. De vetten uit de pistachenoten zorgen ervoor dat ze minder snel uitdrogen.
- **In de vriezer:** Je kunt de muffins heel goed invriezen. Verpak ze luchtdicht, ze blijven tot 3 maanden goed. Laat ze op het aanrecht ontdooien. Warm een ontdooide muffin 5 minuten op in een oven op 150 °C om de essentiële oliën van de kardemom en de noten weer helemaal tot leven te wekken. Voeg daarna pas het verse glazuur toe.

LEMON MUFFINS



Breng de zon in je keuken met deze ultieme frisse traktatie. Echte citroenmuffins horen een perfecte balans te hebben tussen het frisse, zure van citrus en de zachte zoetheid van een cakeje. Door de citroenrasp eerst door de suiker te wrijven, komen de essentiële oliën vrij en krijgt het beslag een intense citroensmaak. Afgetopt met een glanzend citroenglazuur zijn ze heel lekker.

BEREIDINGSTIJD: 15 minuten voorbereiding + 20 minuten oventijd.
EETMOMENT: De perfecte frisse oppepper als zomers tussendoortje, als eyecatcher tijdens een lentebrunch of high tea, of als luxe weekendontbijt.

DIT HEB JE NODIG: voor 12 muffins

droge ingrediënten:
- 250 g bloem
- 2 tl bakpoeder
- 150 g fijne kristalsuiker
- 1 snufje zout

natte ingrediënten:
- 2 eieren (L)
- 75 g boter (gesmolten) of zonnebloemolie
- 100 ml volle melk
- 100 g Griekse yoghurt of zure room (geeft die heerlijk sappige structuur)
- rasp en sap van 1½ grote biologische citroen
- 1½ tl vanille-extract

voor het citroenglazuur:
- 100 g poedersuiker
- 2 el vers citroensap (van de overgebleven halve citroen)

MATERIAAL: muffinbakvorm met 12 holtes of 2x 6, 12 papieren/siliconen vormpjes

ZO MAAK JE HET:
1. Verwarm de oven voor op 190 °C (hetelucht op 175 °C).
2. Plaats 12 papieren vormpjes in een muffinbakvorm.
3. Doe de kristalsuiker en de fijne rasp van de 1½ citroen in een grote kom.
4. Wrijf de rasp met je vingertoppen goed door de suiker tot de suiker vochtig wordt en intens naar citroen ruikt.
5. Meng hier vervolgens de bloem, het bakpoeder en het zout doorheen.
6. Klop in een andere kom de eieren los met de melk, de Griekse yoghurt (of zure room), de gesmolten boter (of olie), het citroensap en het vanille-extract.
7. Giet de natte ingrediënten bij de droge ingrediënten.
8. Roer kort en rustig door met een spatel tot het meel net is opgenomen.
9. Stop direct zodra je geen droge bloem meer ziet; de klontjes horen erbij en zorgen voor een luchtige muffin.
10. Verdeel het beslag gelijkmatig over de 12 vormpjes.
11. Bak de muffins in 20 minuten goudbruin en gaar.
12. Een prikker die je in het midden steekt, moet er schoon uitkomen.
13. Laat ze volledig afkoelen op een rooster.
14. Meng de poedersuiker met het citroensap in een schaaltje tot een glad, dik vloeibaar glazuur.
15. Druppel dit met een lepel over de afgekoelde muffins en garneer eventueel met nog een klein beetje extra citroenrasp.

HOUDBAARHEID:
- **Buiten de koelkast:** In een luchtdichte trommel blijven de muffins 2 tot 3 dagen heerlijk zacht en mals. Dankzij de yoghurt in het beslag drogen ze absoluut niet snel uit.
- **In de vriezer:** Je kunt deze muffins (bij voorkeur zonder het glazuur) uitstekend invriezen. Luchtdicht verpakt blijven ze tot 3 maanden goed. Ontdooi ze op het aanrecht en voeg daarna pas het verse glazuur toe.

MATCHA & WITTE CHOCOLADE MUFFINS



De zacht bittere, aardse smaak van matcha (Japanse groene thee) vormt een waanzinnige combinatie met het romige en zoete van witte chocolade! Breng de smaken van een moderne Japanse bakkerij naar je eigen keuken. Matcha heeft van nature een diepe, unieke smaak die perfect in balans wordt gebracht door de toevoeging van zoete stukjes witte chocolade. In dit recept zorgen we voor een heerlijk luchtige muffin die niet alleen fantastisch smaakt, maar door de heldergroene kleur ook een echte blikvanger is op de koffietafel.

BEREIDINGSTIJD: 15 minuten voorbereiding +18-20 minuten oventijd.
EETMOMENT: Perfect als luxe ontbijt, tussendoortje bij de koffie of thee, of als traktatie tijdens een picknick of brunch.

DIT HEB JE NODIG: voor 12 muffins

droge ingrediënten:

- 250 g bloem
- 1½ el matcha poeder (culinaire kwaliteit, gezeefd)
- 2 tl bakpoeder
- 125 g fijne kristalsuiker
- 1 snufje zout

natte ingrediënten:

- 2 eieren (L)
- 75 g boter (gesmolten) of zonnebloemolie
- 150 ml volle melk (of amandelmelk voor een zachtere smaak)
- 1 tl vanille-extract

de vulling:

- 100 g witte chocolade chips (of een witte chocoladereep in kleine blokjes gehakt)
- extra: 25 g witte chocolade chips om voor het bakken bovenop te strooien

MATERIAAL: muffinbakvorm met 12 holtes of 2x 6, 12 papieren/siliconen vormpjes

ZO MAAK JE HET:

1. Verwarm de oven voor op 190 °C (hetelucht op 175 °C).
2. Plaats 12 papieren vormpjes in een muffinbakvorm.
3. Zeef de bloem en het matcha poeder samen in een grote kom (matcha vormt snel klontjes).
4. Meng hier vervolgens het bakpoeder, de kristalsuiker en het zout goed doorheen tot het meel een egale, lichtgroene kleur heeft.
5. Klop in een andere kom de eieren los met de melk, de gesmolten boter (of olie) en het vanille-extract.
6. Giet de natte ingrediënten bij de droge ingrediënten.
7. Roer kort en rustig door met een spatel of lepel.
8. Stop zodra je geen droog meel meer ziet; het deeg hoort wat klonterig te blijven voor een luchtig resultaat.
9. Spatel 100 g van de witte chocolade chips snel en voorzichtig door het groene beslag.
10. Verdeel het beslag gelijkmatig over de 12 vormpjes.
11. Bestrooi de bovenkant met de resterende 25 g witte chocolade chips.
12. Bak de muffins in 18 tot 20 minuten gaar.
13. Controleer met een prikker; deze moet er schoon uitkomen (gesmolten witte chocolade aan de prikker is geen probleem, zolang er maar geen vloeibaar deeg aan zit).
14. Laat ze afkoelen op een rooster.

HOUDBAARHEID:

- **Buiten de koelkast:** In een luchtdichte trommel blijven de muffins 2 tot 3 dagen heerlijk zacht en vers.
- **In de vriezer:** Je kunt de muffins heel goed invriezen. Verpak ze luchtdicht, ze blijven tot 3 maanden goed. Laat ze rustig op het aanrecht ontdooien. Warm een ontdooide muffin 10 seconden op in de magnetron vlak voor je hem opeet. De witte chocolade binnenin smelt dan weer heerlijk zacht!

PAPRIKA, MAÏS & CHEDDAR MUFFINS



Hartige muffins zijn de perfecte hartige snack voor elk moment van de dag. De combinatie van zoete maïskorrels, frisse stukjes paprika en de pittige, rijke smaak van cheddar kaas is een gegarandeerd succes. Ze zijn niet alleen ontzettend lekker en kleurrijk, maar ook heel makkelijk mee te nemen als gezonde snack voor onderweg.

BEREIDINGSTIJD: 15 minuten voorbereiding + 20 minuten oventijd.
EETMOMENT: Ideaal als kleurrijke lunch, als hartig tussendoortje op school of werk, een perfecte snack voor een picknick, of als bijgerecht bij een Mexicaanse maaltijd of kom soep.

DIT HEB JE NODIG: voor 12 muffins

de vulling:

- 100 g cheddar kaas (de stevige versie, geraspt, **niet** de smeltkaas versie)
- 100 g maïskorrels (uit blik, goed uitgelekt)
- ½ rode paprika (in heel kleine blokjes)
- 2 bosuitjes (in dunne ringetjes)

droge ingrediënten:

- 250 g bloem
- 2 tl bakpoeder
- ½ tl baksoda (optioneel, voor extra luchtigheid)
- ½ tl zout
- ½ tl versgemalen zwarte peper
- 1 tl paprikapoeder (gerookt paprikapoeder is hierbij extra lekker!)

natte ingrediënten:

- 2 eieren (L)
- 75 g boter (gesmolten) of zonnebloemolie
- 175 ml melk of karnemelk
- 1 tl gladde mosterd (versterkt de smaak van de cheddar)

MATERIAAL: muffinbakvorm met 12 holtes of 2x 6, 12 papieren/siliconen vormpjes

ZO MAAK JE HET:

1. Verwarm de oven voor op 200 °C (hetelucht op 185 °C).
2. Vet een muffinbakvorm goed in of gebruik papieren of siliconen vormpjes.
3. Meng in een grote kom de bloem, het bakpoeder, de baksoda, het zout, de zwarte peper en het paprikapoeder goed door elkaar.
4. Klop in een andere kom de eieren los met de melk (of karnemelk), de gesmolten boter (of olie) and de mosterd tot een egaal mengsel.
5. Giet de natte ingrediënten bij de droge ingrediënten.
6. Roer kort door met een spatel of lepel tot de bloem net is opgenomen.
7. Het deeg hoort wat dik en klonterig te blijven.
8. Houd een klein handje geraspte cheddar apart voor de bovenkant.
9. Spatel de rest van de cheddar, de uitgelekte maïs, de paprikablokjes en de bosuiringetjes voorzichtig door het beslag.
10. Verdeel het beslag gelijkmatig over de 12 vormpjes.
11. Bestrooi de bovenkant met de achtergehouden cheddar.
12. Bak de muffins in 18 tot 20 minuten goudbruin en gaar.
13. Een prikker moet er schoon uitkomen.
14. Laat ze 5 minuten afkoelen in de vorm voor je ze eruit haalt.

HOUDBAARHEID:

- **In de koelkast:** Bewaar de muffins in een afgesloten doos in de koelkast vanwege de verse groenten en kaas. Ze blijven daar 3 tot 4 dagen goed.
- **In de vriezer:** Je kunt ze uitstekend invriezen. Luchtdicht verpakt blijven ze tot 2 maanden goed. Laat ze op het aanrecht ontdooien. Hoewel ze koud erg lekker zijn, komt de smaak nóg beter tot zijn recht als je ze even opwarmt: ca. 5 tot 8 minuten in een voorverwarmde oven op 160 °C of 20-30 seconden in de magnetron. De cheddar smelt dan weer heerlijk!

PECAN MUFFINS



Voor liefhebbers van een warme, nootachtige smaak is dit de ultieme muffin. De zachte structuur van het beslag vormt een perfect contrast met de krokante pecannoten. In dit recept verwerken we de noten zowel in het deeg als krokante topping bovenop. Tijdens het bakken vult je keuken zich met een heerlijke, herfstige geur die doet denken aan een traditionele pecan pie. Door de pecannoten vooraf kort te roosteren en te combineren met bruine suiker, krijgen deze muffins een diepe, karamelachtige smaak!

BEREIDINGSTIJD: 15 minuten voorbereiding + 20 minuten oventijd.
EETMOMENT: Een heerlijke traktatie tijdens een herfst- of wintermiddag, perfect bij een kop koffie of thee, of als luxe toevoeging aan een zondagse brunch.

DIT HEB JE NODIG: voor 12 muffins

droge ingrediënten:

- 250 g bloem
- 2 tl bakpoeder
- 125 g basterdsuiker (donkerbruin of lichtbruin, voor die diepe karamelsmaak)
- 1 tl kaneel
- 1 snufje zout

natte ingrediënten:

- 2 eieren (L)
- 75 g boter (gesmolten) of zonnebloemolie
- 150 ml volle melk
- 1 tl vanille-extract

de vulling & topping:

- 125 g pecannoten (ongezouten)

MATERIAAL: muffinbakvorm met 12 holtes of 2x 6, 12 papieren/siliconen vormpjes

ZO MAAK JE HET:

1. Rooster de pecannoten 3 tot 4 minuten in een droge koekenpan op middelhoog vuur tot ze goudbruin kleuren en heerlijk gaan ruiken.
2. Laat ze afkoelen op een bord.
3. Houd 12 mooie, hele pecannoten apart voor de bovenkant.
4. Hak de rest van de afgekoelde pecannoten in grove stukjes.
5. Verwarm de oven voor op 190 °C (hetelucht op 175 °C).
6. Plaats 12 papieren vormpjes in een muffinbakvorm.
7. Meng in een grote kom de bloem, het bakpoeder, de basterdsuiker, de kaneel and het zout goed door elkaar.
8. Wrijf eventuele klontjes in de suiker fijn.
9. Klop in een andere kom de eieren los met de melk, de gesmolten boter (of olie) en het vanille-extract.
10. Giet de natte ingrediënten bij de droge ingrediënten.
11. Roer kort en rustig door met een spatel of lepel.
12. Stop direct zodra je geen droge bloem meer ziet; klontjes in het beslag zorgen juist voor een luchtig resultaat.
13. Spatel de gehakte stukjes pecannoten snel door het beslag.
14. Verdeel het beslag gelijkmatig over de 12 vormpjes.
15. Druk bovenop elke muffin een hele pecannoot.
16. Bak de muffins in 20 minuten goudbruin en gaar.
17. Een prikker die je in het midden steekt, moet er schoon uitkomen.
18. Laat ze afkoelen op een rooster.

HOUDBAARHEID:

- **Buiten de koelkast:** In een luchtdichte trommel blijven de muffins 3 tot 4 dagen heerlijk vers en zacht. Door de natuurlijke vetten in de pecannoten drogen ze minder snel uit..
- **In de vriezer:** Luchtdicht verpakt kun je ze tot 3 maanden invriezen. Laat ze op het aanrecht ontdooien. Warm een muffin voor het serveren 5 minuten op in een voorverwarmde oven op 150 °C. De oliën in de noten worden dan weer warm, waardoor de muffins smaken alsof ze net vers zijn gebakken!.

POMPOEN & SPECULAAS MUFFINS



Zodra de blaadjes van de bomen vallen, is het tijd voor comfortfood. De combinatie van zachte pompoenpuree en warme speculaaskruiden is een absolute match gemaakt in de bakkershemel. De pompoenpuree proef je niet direct als groente terug, maar zorgt er – net als bij carrot cake – voor dat de muffins ongekend sappig en zacht worden. Afgetopt met krokante speculaas kruimels is dit de perfecte snack voor een gure middag.

BEREIDINGSTIJD: 15 minuten voorbereiding + 20 minuten oventijd.
EETMOMENT: De ultieme verwennerij tijdens een knusse herfstmiddag, een geweldige traktatie rondom Sinterklaas, of als luxe weekendontbijt met een warme kop koffie of chai latte.

DIT HEB JE NODIG: voor 12 muffins

droge ingrediënten:

- 250 g bloem
- 2 tl bakpoeder
- 2 flinke el speculaaskruiden (of koekkruiden)
- 125 g basterdsuiker (donkerbruin, voor die diepe karamelsmaak)
- 1 snufje zout

natte ingrediënten:

- 200 g pompoenpuree (uit blik of zelfgemaakt van gekookte en gepureerde flespompoen)
- 2 eieren (L)
- 75 g boter (gesmolten) of zonnebloemolie
- 50 ml melk
- 1 tl vanille-extract

de topping (voor een lekkere crunch):

- 6 speculaasjes (grof verkruimeld)

MATERIAAL: muffinbakvorm met 12 holtes of 2x 6, 12 papieren/siliconen vormpjes

ZO MAAK JE HET:

1. Verwarm de oven voor op 190 °C (hetelucht op 175 °C).
2. Plaats 12 papieren vormpjes in een muffinbakvorm.
3. Meng in een grote kom de bloem, het bakpoeder, de speculaaskruiden, de donkerbruine basterdsuiker en het zout goed door elkaar.
4. Zorg dat eventuele klontjes in de suiker zijn fijngewreven.
5. Klop in een andere kom de eieren los.
6. Roer hier de pompoenpuree, de melk, de gesmolten boter (of olie) and het vanille-extract doorheen tot een glad mengsel.
7. Giet de natte ingrediënten bij de droge ingrediënten.
8. Roer kort en rustig door met een spatel of lepel.
9. Stop direct zodra je geen droge bloem meer ziet; het deeg hoort dik en wat klonterig te blijven.
10. Verdeel het beslag gelijkmatig over de 12 vormpjes.
11. Bestrooi de bovenkant royaal met de grove speculaaskruimels en druk ze heel lichtjes aan in het beslag.
12. Bak de muffins in 20 minuten goudbruin en gaar.
13. Een prikker die je in het midden steekt, moet er schoon uitkomen.
14. Laat ze afkoelen op een rooster.

HOUDBAARHEID:

- **Buiten de koelkast:** In een luchtdichte trommel blijven de muffins 3 tot 4 dagen heerlijk sappig en mals dankzij de pompoenpuree..
- **In de vriezer:** Luchtdicht verpakt kun je ze tot 3 maanden invriezen. Laat ze op het aanrecht ontdooien. Warm een ontdooide muffin 5 minuten op in een voorverwarmde oven op 150 °C. De speculaaskruimels bovenop worden dan weer lekker krokant en de specerijengeuren komen weer helemaal tot leven!

RABARBER & GEMBER MUFFINS



Breng het voorjaar in de keuken met deze unieke smaakcombinatie. Rabarber staat bekend om zijn frisse, zurige smaak. Door dit te combineren met de zoete warmte van stemgember en gemberstroop, ontstaat er een perfecte balans in het beslag. Tijdens het bakken smelt de rabarber zachtjes weg, wat zorgt voor een ongekend smeuïge muffin met een heerlijk karakter.

BEREIDINGSTIJD: 20 minuten voorbereiding + 20-25 minuten oventijd.
EETMOMENT: Een fantastische traktatie tijdens een lente- of zomerbrunch, als verrassend tussendoortje bij een kop groene of gemberthee, of om uit te delen op een zonnige middag.

DIT HEB JE NODIG: voor 12 muffins

droge ingrediënten:

- 250 g bloem
- 2 tl bakpoeder
- 1 tl gemberpoeder
- 125 g basterdsuiker (lichtbruin)
- 1 snufje zout

natte ingrediënten:

- 2 eieren (L)
- 75 g boter (gesmolten) of zonnebloemolie
- 120 ml volle melk
- 3 el gemberstroop (uit het potje stemgember)
- 1 tl vanille-extract

de vulling:

- 150 g verse rabarber (in heel kleine blokjes van ca. ½ cm)
- 50 g stemgember (bolletjes op siroop), heel fijngehakt
- 1 el suiker (om over de rabarber te strooien)

MATERIAAL: muffinbakvorm met 12 holtes of 2x 6, 12 papieren/siliconen vormpjes

ZO MAAK JE HET:

1. Maak de rabarberstelen schoon en snijd ze in heel kleine blokjes.
2. Hussel de blokjes in een bakje met de eetlepel suiker en laat dit even staan terwijl je het beslag maakt (dit haalt de scherpste zure kantjes eraf).
3. Verwarm de oven voor op 190 °C (hetelucht op 175 °C).
4. Plaats 12 papieren vormpjes in een muffinbakvorm.
5. Meng in een grote kom de bloem, het bakpoeder, het gemberpoeder, de lichtbruine basterdsuiker en het zout goed door elkaar.
6. Klop in een andere kom de eieren los met de melk, de gesmolten boter (of olie), de gemberstroop en het vanille-extract.
7. Giet de natte ingrediënten bij de droge ingrediënten.
8. Roer kort en rustig door met een spatel tot het meel net is opgenomen.
9. Het deeg hoort wat klonterig te blijven.
10. Houd een klein handje rabarberblokjes apart voor de bovenkant.
11. Spatel de rest van de rabarber (inclusief het vrijgekomen vocht) en de fijngehakte stemgember snel en voorzichtig door het beslag.
12. Verdeel het beslag gelijkmatig over de 12 vormpjes.
13. Verdeel de achtergehouden rabarberblokjes over de bovenkant.
14. Bak de muffins in 20 tot 25 minuten goudbruin en gaar.
15. Een prikker moet er schoon uitkomen.
16. Laat ze afkoelen op een rooster.

HOUDBAARHEID:

- **Buiten de koelkast:** In een luchtdichte trommel blijven de muffins 2 tot 3 dagen heerlijk zacht en sappig dankzij het vocht uit de rabarber. Leg een velletje keukenpapier in de trommel om overtollig vocht op te vangen.
- **In de vriezer:** Je kunt ze uitstekend invriezen. Verpak ze luchtdicht, dan blijven ze tot 3 maanden goed. Laat ze op het aanrecht ontdooien. Warm een koude of ontdooide muffin 5 minuten op in een oven op 150 °C om de smaak en de textuur weer helemaal op te frissen.

RABARBER MUFFINS



Rabarber is met zijn felroze kleur en friszure smaak een echte voorjaarsfavoriet. Tijdens het bakken smelten de stukjes rabarber heerlijk zacht weg in het luchtige vanillebeslag. Dit zorgt voor een ongekend smeuïg resultaat. Een eenvoudig en verfrissend recept dat bewijst dat rabarber niet alleen thuishoort in een compote of crumble, maar ook perfect past in een handige handzame muffin.

BEREIDINGSTIJD: 15 minuten voorbereiding + 20-25 minuten oventijd.
EETMOMENT: De ultieme verfrissing als luxe lente breakfast, een verrassend tussendoortje bij een kop verse thee, of als fruitige traktatie tijdens een high tea of picknick.

DIT HEB JE NODIG: voor 12 muffins

droge ingrediënten:

- 250 g bloem
- 2 tl bakpoeder
- 140 g fijne kristalsuiker
- 1 snufje zout

natte ingrediënten:

- 2 eieren (L)
- 75 g boter (gesmolten) of zonnebloemolie
- 100 ml volle melk
- 75 g Griekse yoghurt of zure room (voor een extra malse structuur)
- 1½ tl vanille-extract

de vulling:

- 200 g verse rabarber (schoongemaakt, in kleine blokjes van ca. ½ cm)
- 1 el suiker (om de rabarber in te rollen)

MATERIAAL: muffinbakvorm met 12 holtes of 2x 6, 12 papieren/siliconen vormpjes

ZO MAAK JE HET:

1. Was de rabarberstelen en snijd ze in heel kleine blokjes.
2. Hussel de blokjes in een bakje met de eetlepel suiker.
3. Dit trekt het eerste scherpe zuur eruit en zorgt dat ze straks lekker sappig meebakken.
4. Verwarm de oven voor op 190 °C (hetelucht op 175 °C).
5. Plaats 12 papieren vormpjes in een muffinbakvorm.
6. Meng in een grote kom de bloem, het bakpoeder, de kristalsuiker en het zout goed door elkaar.
7. Klop in een andere kom de eieren los met de melk, de Griekse yoghurt (of zure room), de gesmolten boter (of olie) en het vanille-extract.
8. Giet de natte ingrediënten bij de droge ingrediënten.
9. Roer kort en rustig door met een spatel of lepel.
10. Stop direct zodra je geen droge bloem meer ziet; de klontjes horen erbij en zorgen voor een luchtig eindresultaat.
11. Houd een klein handje rabarberblokjes apart voor de garnering.
12. Spatel de rest van de rabarber voorzichtig door het beslag.
13. Verdeel het beslag gelijkmatig over de 12 vormpjes.
14. Verdeel de achtergehouden rabarber over de bovenkant en druk de stukjes heel lichtjes aan.
15. Bak de muffins in 20 tot 25 minuten goudbruin en gaar.
16. Een prikker moet er schoon uitkomen.
17. Laat ze afkoelen op een rooster.

HOUDBAARHEID:

- **Buiten de koelkast:** In een luchtdichte trommel blijven ze 2 tot 3 dagen sappig en vers. Leg een stukje keukenpapier onder de muffins in de trommel om overtollig vocht op te vangen.
- **In de vriezer:** Luchtdicht verpakt kun je ze tot 3 maanden invriezen. Laat ze rustig op het aanrecht ontdooien. Warm een ontdooide of ietwat oudere muffin 5 minuten op in een voorverwarmde oven op 150 °C om de structuur weer helemaal lekker mals te maken..

ROOD FRUIT & FRAMBOZEN MUFFINS



Waarom kiezen voor één soort fruit als je een hele zomerse mix kunt gebruiken? In dit recept combineren we een algemene mix van rood fruit (zoals aardbeien, bessen en bramen) met een extra royale portie frambozen. De frambozen smelten tijdens het bakken heerlijk samen met het deeg, terwijl de rest van het rode fruit zorgt voor textuur en kleur. Een absolute favoriet voor iedereen die houdt van fris-zoet gebak.

BEREIDINGSTIJD: 15 minuten voorbereiding + 20-22 minuten oventijd.
EETMOMENT: Geweldig als zomers tussendoortje op het terras, als kleurrijke traktatie tijdens een high tea, of ingepakt voor een gezellige picknick in het park.

DIT HEB JE NODIG: voor 12 muffins

droge ingrediënten:

- 250 g bloem
- 2 tl bakpoeder
- 140 g fijne kristalsuiker
- 1 snufje zout

natte ingrediënten:

- 2 eieren (L)
- 75 g boter (gesmolten) of zonnebloemolie
- 125 ml melk
- 75 g Griekse yoghurt of zure room (voor een extra malse structuur)
- 1½ tl vanille-extract

de fruitvulling:

- 100 g frambozen (vers of diepvries, niet vooraf ontdooien)
- 100 g gemengd rood fruit (bijv. bosbessen, bramen, stukjes aardbei)
- 1 el bloem (om het fruit in te rollen, zodat het niet naar de bodem zakt)

MATERIAAL: muffinbakvorm met 12 holtes of 2x 6, 12 papieren/siliconen vormpjes

ZO MAAK JE HET:

1. Verwarm de oven voor op 190 °C (hetelucht op 175 °C).
2. Plaats 12 papieren vormpjes in een muffinbakvorm.
3. Meng in een grote kom de bloem, het bakpoeder, de kristalsuiker en het zout goed door elkaar.
4. Klop in een andere kom de eieren los met de melk, de Griekse yoghurt (of zure room), de gesmolten boter (of olie) en het vanille-extract.
5. Giet de natte ingrediënten bij de droge ingrediënten.
6. Roer kort en rustig door met een spatel of lepel.
7. Stop direct zodra je geen droge bloem meer ziet; het deeg hoort wat klonterig te blijven voor een luchtige muffin.
8. Hussel alle frambozen en het rode fruit in een apart schaaltje met de eetlepel bloem tot ze rondom bedekt zijn.
9. Spatel ¾ van dit fruit heel voorzichtig en kort door het beslag om te voorkomen dat het deeg helemaal verkleurt of het fruit kapotgaat.
10. Verdeel het beslag gelijkmatig over de 12 vormpjes.
11. Verdeel het resterende fruit over de bovenkant en druk de besjes en frambozen heel lichtjes aan.
12. Bak de muffins in 20 tot 22 minuten goudbruin en gaar.
13. Een prikker moet er schoon uitkomen.
14. Laat ze afkoelen op een rooster.

HOUDBAARHEID:

- **Buiten de koelkast:** In een luchtdichte trommel blijven ze 2 tot 3 dagen sappig en vers. Leg een velletje keukenpapier onderin de trommel om overtollig vocht van het fruit op te vangen.
- **In de vriezer:** Dit recept leent zich uitstekend om in te vriezen. Verpak ze luchtdicht, dan blijven ze tot 3 maanden goed. Laat ze op het aanrecht ontdooien voor consumptie.

SPINAZIE, FETA & PIJNBOOMPITTEN MUFFINS



Hartige muffins zijn het ideale antwoord op een gezonde lunch of een snelle snack. De combinatie van malse spinazie, zoute feta en de nootachtige crunch van geroosterde pijnboompitten is een absolute klassieker. Ze zijn niet alleen ontzettend smaakvol, maar ook een slimme manier om ongemerkt wat extra groenten binnen te krijgen. Perfect om vooraf te maken (mealpreppen) voor een drukke week!

BEREIDINGSTIJD: 15 minuten voorbereiding + 20 minuten oventijd.
EETMOMENT: Ideaal als gezonde lunch, als hartig tussendoortje op kantoor of school, als snack tijdens een picknick, of als bijgerecht naast een warme kom tomatensoep.

DIT HEB JE NODIG: voor 12 muffins

de vulling:

- 150 g verse spinazie (fijngesneden)
- 100 g feta (verkruimeld)
- 30 g pijnboompitten
- 1 kleine ui of 2 bosuitjes (fijngesneden)

droge ingrediënten:

- 250 g bloem
- 2 tl bakpoeder
- ½ tl baksoda (optioneel, voor extra luchtigheid)
- ¼ tl zout (let op: feta is al erg zout!)
- ½ tl versgemalen zwarte peper
- 1 tl knoflookpoeder of Italiaanse kruiden

natte ingrediënten:

- 2 eieren (L)
- 75 ml olijfolie (voor die lekkere mediterrane smaak)
- 175 ml melk of karnemelk
- 1 tl vloeibare honing (om de smaken mooi in balans te brengen)

MATERIAAL: muffinbakvorm met 12 holtes of 2x 6, 12 papieren/siliconen vormpjes

ZO MAAK JE HET:

1. Rooster de pijnboompitten 2 tot 3 minuten in een droge koekenpan op middelhoog vuur tot ze goudbruin zijn en heerlijk gaan ruiken.
2. Haal ze direct uit de pan en laat ze afkoelen op een bord.
3. Bak de fijngesneden ui in een klein scheutje olie zacht.
4. Voeg de fijngesneden spinazie toe en laat deze in een paar minuten slinken.
5. Druk de spinazie vervolgens in een zeef extreem goed uit met een lepel om zoveel mogelijk vocht te verwijderen.
6. Dit voorkomt dat de muffins zompig worden.
7. Verwarm de oven voor op 200 °C (hetelucht op 185 °C).
8. Vet een muffinbakvorm goed in of gebruik papieren of siliconen vormpjes.
9. Meng in een grote kom de bloem, het bakpoeder, de baksoda, het zout, de zwarte peper and de kruiden goed door elkaar.
10. Klop in een andere kom de eieren los met de olijfolie, de melk (of karnemelk) en de honing tot een egaal mengsel.
11. Giet de natte ingrediënten bij de droge ingrediënten.
12. Roer kort door met een spatel of lepel tot de bloem net is opgenomen. Het deeg hoort wat dik en klonterig te blijven.
13. Houd een klein handje feta en een paar pijnboompitten apart voor de bovenkant.
14. Spatel de rest van de feta, de goed uitgeknepen spinazie en de pijnboompitten voorzichtig door het beslag.
15. Verdeel het beslag gelijkmatig over de 12 vormpjes.
16. Bestrooi de bovenkant met de achtergehouden feta en pijnboompitten.
17. Bak de muffins in 18 tot 20 minuten goudbruin en gaar.
18. Een prikker die je in het midden steekt, moet er schoon uitkomen.
19. Laat ze 5 minuten afkoelen in de vorm voor je ze eruit haalt.

HOUDBAARHEID:

- **In de koelkast:** Bewaar de muffins in een afgesloten doos in de koelkast vanwege de verse groente en kaas. Ze blijven daar 3 tot 4 dagen goed.
- **In de vriezer:** Je kunt de muffins heel goed invriezen. Luchtdicht verpakt blijven ze tot 2 maanden goed. Laat ze op het aanrecht ontdooien. Hoewel ze koud erg lekker zijn, komt de smaak nóg beter tot zijn recht als je ze even opwarmt: ca. 5 tot 8 minuten in een voorverwarmde oven op 160 °C of 20-30 seconden in de magnetron.

TRIPLE CHOCOLATE MUFFINS



Voor de échte chocoholic is er maar één koning onder de muffins. Deze triple chocolate muffins zijn intens rijk van smaak, heerlijk smeuïg van binnen en hebben die kenmerkende bakkersstructuur. Door cacaopoeder in het deeg te combineren met drie soorten chocoladestukjes (wit, melk en puur) krijg je bij elke hap een perfecte balans tussen zoet, romig en krachtig.

BEREIDINGSTIJD: 15 minuten voorbereiding + 20 minuten oventijd.
EETMOMENT: De ultieme verwennerij als machtige traktatie op een verjaardag, als spectaculair dessert (warm geserveerd met een bolletje vanille-ijs), of als ultieme 'guilty pleasure' snack in het weekend.

DIT HEB JE NODIG: voor 12 muffins

droge ingrediënten:
- 200 g bloem
- 50 g cacaopoeder (ongezoet, van goede kwaliteit)
- 2 tl bakpoeder
- 150 g basterdsuiker (licht- of donkerbruin, voor een extra zachte structuur)
- 1 snufje zout

natte ingrediënten:
- 2 eieren (L)
- 75 g boter (gesmolten) of zonnebloemolie
- 150 ml volle melk
- 100 g zure room of Griekse yoghurt (onmisbaar om te zorgen dat de chocoladebasis niet uitdroogt!)
- 2 tl vanille-extract

de drie soorten chocolade:
- 50 g pure chocolade chips (of gehakte chocolade)
- 50 g melk chocolade chips
- 50 g witte chocolade chips
- extra: 25 g gemengde chocolade chips om voor het bakken bovenop te strooien

MATERIAAL: muffinbakvorm met 12 holtes of 2x 6, 12 papieren/siliconen vormpjes

ZO MAAK JE HET:
1. Verwarm de oven voor op 190 °C (hetelucht op 175 °C).
2. Plaats 12 papieren vormpjes in een muffinbakvorm.
3. Zeef de bloem en het cacaopoeder samen in een grote kom om klontjes te voorkomen.
4. Meng hier vervolgens het bakpoeder, de basterdsuiker en het zout goed doorheen.
5. Klop in een andere kom de eieren los met de melk, de zure room (of Griekse yoghurt), de gesmolten boter (of olie) en het vanille-extract tot een glad geheel.
6. Giet de natte ingrediënten bij de droge ingrediënten.
7. Roer met een spatel of lepel kort en rustig door.
8. Stop direct zodra je geen droge bloem meer ziet; het deeg hoort dik en wat klonterig te blijven voor een luchtig bakkersresultaat.
9. Spatel de 150 g drie soorten chocoladestukjes snel en voorzichtig door het beslag.
10. Verdeel het beslag gelijkmatig over de 12 vormpjes.
11. Bestrooi de bovenkant royaal met de resterende 25 g gemengde chocoladestukjes.
12. Bak de muffins in 20 minuten gaar.
13. Een prikker moet er nagenoeg schoon uitkomen
14. **Let op:** Gesmolten chocolade aan de prikker is niet erg, maar er mag geen vloeibaar beslag aan zitten.
15. Laat ze afkoelen op een rooster.

HOUDBAARHEID:
- **Buiten de koelkast:** In een luchtdichte trommel blijven de muffins 3 tot 4 dagen heerlijk zacht en vers. Dankzij de zure room in het beslag blijven ze heel lang smeuïg.
- **In de vriezer:** Je kunt de muffins heel goed invriezen. Verpak ze luchtdicht, ze blijven tot 3 maanden goed. Laat ze op het aanrecht ontdooien.
- **Opwarmen:** Warm een muffin (vers of ontdooid) 10 tot 15 seconden op in de magnetron vlak voor je hem opeet. Al de drie de soorten chocolade binnenin smelten dan weer heerlijk zacht, alsof hij net uit de oven komt!

VIJG & WALNOOT MUFFINS



Breng de rijke smaken van het najaar samen in één perfecte muffin. Gedroogde of verse vijgen hebben een diepe, honingachtige zoetheid die fantastisch samengaat met de licht bittere, aardse smaak van geroosterde walnoten. In dit recept zorgen we voor een malse, luchtige basis waarin de stukjes vijg heerlijk zacht worden en de walnoten zorgen voor een fijne, krokante bite. De combinatie van zoete vijgen en knapperige walnoten geeft een luxe, herfstige smaak!

BEREIDINGSTIJD: 15 minuten voorbereiding + 20 minuten oventijd.
EETMOMENT: De ultieme verwennerij tijdens een luxe herfstbrunch, als elegant tussendoortje bij een kop Earl Grey thee, of als verrassend hapje op een borrelplank met kaas.

DIT HEB JE NODIG: voor 12 muffins

droge ingrediënten:
- 250 g bloem
- 2 tl bakpoeder
- 100 g basterdsuiker (lichtbruin, voor een zachte karamelsmaak)
- 1 tl kaneel
- 1 snufje zout

natte ingrediënten:
- 2 eieren (L)
- 75 g boter (gesmolten) of zonnebloemolie
- 150 ml volle melk (of karnemelk voor extra frisheid)
- 2 el vloeibare honing (versterkt de smaak van de vijgen enorm)
- 1 tl vanille-extract

de vulling & topping:
- 120 g gedroogde vijgen (in kleine stukjes gesneden) of 3-4 verse vijgen
- 75 g walnoten (grof gehakt)

MATERIAAL: muffinbakvorm met 12 holtes of 2x 6, 12 papieren/siliconen vormpjes

ZO MAAK JE HET:
1. Rooster de gehakte walnoten 3 tot 4 minuten in een droge koekenpan op middelhoog vuur tot ze goudbruin kleuren en heerlijk gaan ruiken.
2. Laat ze afkoelen op een bord.
3. Verwarm de oven voor op 190 °C (hetelucht op 175 °C).
4. Plaats 12 papieren vormpjes in een muffinbakvorm.
5. Meng in een grote kom de bloem, het bakpoeder, de basterdsuiker, de kaneel en het zout goed door elkaar.
6. Wrijf eventuele klontjes in de suiker fijn.
7. Klop in een andere kom de eieren los met de melk, de gesmolten boter (of olie), de honing en het vanille-extract.
8. Giet de natte ingrediënten bij de droge ingrediënten.
9. Roer kort en rustig door met een spatel of lepel.
10. Stop direct zodra je geen droge bloem meer ziet; de klontjes horen erbij en zorgen voor een luchtige structuur.
11. Houd een klein handje stukjes vijg en een paar stukjes walnoot apart voor de bovenkant.
12. Spatel de rest van de vijgen en de afgekoelde walnoten voorzichtig door het beslag.
13. Verdeel het beslag gelijkmatig over de 12 vormpjes.
14. Bestrooi de bovenkant met de achtergehouden vijgen en walnoten.
15. Bak de muffins in 20 minuten goudbruin en gaar. Een prikker moet er schoon uitkomen.
16. Laat ze afkoelen op een rooster.

HOUDBAARHEID:
- **Buiten de koelkast:** In een luchtdichte trommel blijven de muffins 3 tot 4 dagen heerlijk vers en zacht. Door de oliën in de walnoten en het vocht van de vijgen drogen ze nauwelijks uit.
- **In de vriezer:** Luchtdicht verpakt kun je ze tot 3 maanden invriezen. Laat ze op het aanrecht ontdooien. Warm een muffin voor het serveren 5 minuten op in een voorverwarmde oven op 150 °C. De aroma's van de honing en de noten komen dan weer helemaal tot leven!

WORTEL & WALNOOT MUFFINS



Geniet van de ultieme balans tussen zacht en krokant. De geraspte wortel smelt tijdens het bakken grotendeels weg in het beslag en zorgt – net als bij een klassieke carrot cake – voor een ongekend malse en sappige structuur. Samen met de warme specerijen en de rijke, aardse smaak van geroosterde walnoten zet je hier een verantwoorde én uiterst smaakvolle traktatie op tafel.

BEREIDINGSTIJD: 15 minuten voorbereiding + 20 minuten oventijd.
EETMOMENT: Een perfect voedzaam tussendoortje voor school of werk, een heerlijke toevoeging aan een luxe paas- of herfstbrunch, of als gezellige snack bij een warme kop koffie of thee.

DIT HEB JE NODIG: voor 12 muffins

droge ingrediënten:

- 250 g bloem
- 2 tl bakpoeder
- 2 tl kaneel
- ½ tl gemberpoeder (optioneel, voor extra diepte)
- 125 g basterdsuiker (lichtbruin)
- 1 snufje zout

natte ingrediënten:

- 2 eieren (L)
- 100 ml zonnebloemolie of arachideolie (maakt ze extra smeuïg!)
- 75 ml volle melk
- 1 tl vanille-extract

de vulling & topping:

- 150 g wortel (fijngeraspt)
- 75 g walnoten (grof gehakt)

MATERIAAL: muffinbakvorm met 12 holtes of 2x 6, 12 papieren/siliconen vormpjes

ZO MAAK JE HET:

1. Rooster de grof gehakte walnoten 3 tot 4 minuten in een droge koekenpan op middelhoog vuur tot ze goudbruin kleuren en heerlijk gaan ruiken.
2. Laat ze afkoelen op een bord.
3. Verwarm de oven voor op 190 °C (hetelucht op 175 °C).
4. Plaats 12 papieren vormpjes in een muffinbakvorm.
5. Meng in een grote kom de bloem, het bakpoeder, de kaneel, het gemberpoeder, de basterdsuiker en het zout goed door elkaar.
6. Wrijf eventuele suikerklontjes fijn.
7. Klop in een andere kom de eieren los met de olie, de melk en het vanille-extract tot een vloeibaar geheel.
8. Giet de natte ingrediënten bij de droge ingrediënten.
9. Roer kort en rustig door met een spatel tot het meel net is opgenomen.
10. Het deeg hoort wat compact te blijven.
11. Houd een klein handje van de geroosterde walnoten apart voor de bovenkant.
12. Spatel de rest van de walnoten en de fijngeraspte wortel voorzichtig en snel door het beslag.
13. Verdeel het beslag gelijkmatig over de 12 vormpjes.
14. Bestrooi de bovenkant met de achtergehouden walnoten.
15. Bak de muffins in 20 minuten goudbruin en gaar.
16. Een houten prikker die je erin steekt, moet er schoon uitkomen.
17. Laat ze afkoelen op een rooster.

HOUDBAARHEID:

- **Buiten de koelkast:** Dankzij het natuurlijke vocht van de wortel drogen deze muffins nauwelijks uit. In een luchtdichte trommel blijven ze buiten de koelkast 3 tot 4 dagen heerlijk zacht en vers.
- **In de vriezer:** Dit recept leent zich uitstekend om in te vriezen. Luchtdicht verpakt blijven ze tot 3 maanden goed. Laat ze simpelweg op het aanrecht ontdooien. Warm een muffin voor het serveren 5 minuten op in een voorverwarmde oven op 150 °C. De oliën in de walnoten worden dan weer warm, waardoor de muffins smaken alsof ze net vers zijn gebakken!

ZOETE AARDAPPEL & PECAN MUFFINS



Breng de warme smaken van het najaar samen in een voedzame traktatie. Zoete aardappelpuree is een fantastisch ingrediënt om mee te bakken. Het geeft de muffins een ongekend smeuïge, malse structuur en een milde zoetheid, zonder dat je de groente dominant proeft. Gecombineerd met specerijen en de knapperige, diepe smaak van geroosterde pecannoten is dit een absolute verwennerij.

BEREIDINGSTIJD: 20 minuten voorbereiding + 20 minuten oventijd.
EETMOMENT: Geweldig als voedzaam herfstontbijt, als vullend tussendoortje op een gure middag bij een warme kop chai latte of koffie, of als rustieke traktatie tijdens een feestelijke brunch.

DIT HEB JE NODIG: voor 12 muffins

droge ingrediënten:

- 250 g bloem
- 2 tl bakpoeder
- 1½ tl kaneel
- ½ tl koek- of speculaaskruiden
- 125 g basterdsuiker (lichtbruin)
- 1 snufje zout

natte ingrediënten:

- 200 g zoete aardappelpuree (ca. 1 grote zoete aardappel, gekookt of gepoft en glad gepureerd)
- 2 eieren (L)
- 75 g boter (gesmolten) of zonnebloemolie
- 75 ml melk
- 1 tl vanille-extract

de vulling & topping:

- 75 g pecannoten (grof gehakt)

MATERIAAL: muffinbakvorm met 12 holtes of 2x 6, 12 papieren/siliconen vormpjes

ZO MAAK JE HET:

1. Rooster de grof gehakte pecannoten 3 tot 4 minuten in een droge koekenpan op middelhoog vuur tot ze goudbruin kleuren en heerlijk gaan ruiken.
2. Laat ze afkoelen op een bord.
3. Verwarm de oven voor op 190 °C (hetelucht op 175 °C).
4. Plaats 12 papieren vormpjes in een muffinbakvorm.
5. Meng in een grote kom de bloem, het bakpoeder, de kaneel, de koekkruiden, de basterdsuiker en het zout goed door elkaar.
6. Wrijf eventuele suikerklontjes fijn.
7. Klop in een andere kom de eieren los.
8. Voeg de afgekoelde zoete aardappelpuree, de melk, de gesmolten boter (of olie) and het vanille-extract toe en roer tot een glad mengsel.
9. Giet de natte ingrediënten bij de droge ingrediënten.
10. Roer kort en rustig door met een spatel of lepel.
11. Stop zodra je geen droge bloem meer ziet; het deeg hoort dik en wat klonterig te blijven.
12. Houd een klein handje van de geroosterde pecannoten apart voor de bovenkant.
13. Spatel de rest van de noten snel door het beslag.
14. Verdeel het beslag gelijkmatig over de 12 vormpjes.
15. Bestrooi de bovenkant met de achtergehouden pecannoten.
16. Bak de muffins in 20 minuten goudbruin en gaar.
17. Een prikker die je in het midden steekt, moet er schoon uitkomen.
18. Laat ze afkoelen op een rooster.

HOUDBAARHEID:

- **Buiten de koelkast:** Door de zoete aardappelpuree blijven deze muffins heel lang zacht. In een luchtdichte trommel blijven ze buiten de koelkast 3 tot 4 dagen supervers..
- **In de vriezer:** Dit recept leent zich uitstekend om in te vriezen. Luchtdicht verpakt blijven ze tot 3 maanden goed. Laat ze simpelweg op het aanrecht ontdooien. Warm een muffin voor het serveren 5 minuten op in een voorverwarmde oven op 150 °C. De aroma's en de oliën in de pecannoten komen dan weer helemaal tot leven!

ZONGEDROOGDE TOMAAT MUFFINS



Breng de Italiaanse zon naar je keuken met deze hartige traktatie. Zongedroogde tomaten hebben een intens diepe, zoet-zoute smaak. Door in dit recept een deel van de kruidenolie uit het potje te gebruiken, krijgt het beslag direct een waanzinnig aroma. Gecombineerd met Italiaanse kruiden en kaas zijn deze muffins de ultieme hartige snack.

BEREIDINGSTIJD: 15 minuten voorbereiding + 20minuten oventijd.
EETMOMENT: Ideaal als mediterrane lunch, als hartig hapje tijdens een gezellige borrel, perfect voor een picknick, of als bijgerecht naast een warme kom tomatensoep.

DIT HEB JE NODIG: voor 12 muffins

de vulling:

- 100 g zongedroogde tomaten op olie (goed uitgelekt in stukjes gesneden)
- 100 g geraspte kaas (Parmezaanse kaas, Grana Padano of belegen kaas)
- 1 el verse basilicum (fijngesneden) of 1 tl gedroogde Italiaanse kruiden

droge ingrediënten:

- 250 g bloem
- 2 tl bakpoeder
- ½ tl baksoda (optioneel, voor extra luchtigheid)
- ½ tl zout
- ½ tl versgemalen zwarte peper
- 1 tl knoflookpoeder

natte ingrediënten:

- 2 eieren (L)
- 50 ml van de olie uit het potje zongedroogde tomaten (voor extra veel smaak!)
- 25 g gesmolten boter of extra olijfolie
- 175 ml melk of karnemelk

MATERIAAL: muffinbakvorm met 12 holtes of 2x 6, 12 papieren/siliconen vormpjes

ZO MAAK JE HET:

1. Verwarm de oven voor op 200 °C (hetelucht op 185 °C).
2. Vet een muffinbakvorm goed in of gebruik papieren of siliconen vormpjes.
3. Meng in een grote kom de bloem, het bakpoeder, de baksoda, het zout, de zwarte peper en het knoflookpoeder goed door elkaar.
4. Klop in een andere kom de eieren los met de tomatenolie, de gesmolten boter (of olijfolie) en de melk (of karnemelk).
5. Giet de natte ingrediënten bij de droge ingrediënten.
6. Roer kort door met een spatel of lepel tot de bloem net is opgenomen.
7. Het deeg mag absoluut nog wat klonterig zijn.
8. Houd een klein handje geraspte kaas en een paar stukjes tomaat apart voor de bovenkant.
9. Spatel de rest van de zongedroogde tomaten, de kaas en de kruiden voorzichtig door het beslag.
10. Verdeel het beslag gelijkmatig over de 12 vormpjes.
11. Bestrooi de bovenkant met de achtergehouden kaas en stukjes tomaat.
12. Bak de muffins in 18 tot 20 minuten goudbruin en gaar.
13. Een prikker moet er schoon uitkomen.
14. Laat ze 5 minuten afkoelen in de vorm.

HOUDBAARHEID:

- **In de koelkast:** Omdat deze muffins kaas en stukjes tomaat bevatten, bewaar je ze in een afgesloten doos in de koelkast. Ze blijven daar 3 tot 4 dagen goed.
- **In de vriezer:** Je kunt ze uitstekend invriezen. Luchtdicht verpakt blijven ze tot 2 maanden goed. Laat ze op het aanrecht ontdooien. Warm of lauwwarm zijn ze veruit het lekkerst. Warm ze ca. 5 tot 8 minuten op in een voorverwarmde oven op 160 °C of 20-30 seconden in de magnetron, zodat de kaas weer heerlijk zacht wordt.

ZONGEDROOGDE TOMAAT, FETA & OLIJF MUFFINS



Waan je op een zonnig terras in Zuid-Europa met deze hartige smaakbommen. De diepe, zoet-zoute smaak van zongedroogde tomaten past perfect bij de romige, zoute feta en de hartige stukjes olijf. Door een deel van de gekruide olie uit het potje van de tomaten te gebruiken, krijgt het beslag direct een fantastisch aroma. Een gegarandeerd succes voor liefhebbers van de mediterrane keuken.

BEREIDINGSTIJD: 15 minuten voorbereiding + 20 minuten oventijd.
EETMOMENT: De perfecte mediterrane lunch, een verrassend hapje op een borrelplank, een makkelijke snack voor een picknick, of als bijgerecht naast een warme kom gazpacho of tomatensoep.

DIT HEB JE NODIG: voor 12 muffins

de vulling:

- 80 g zongedroogde tomaten op olie (goed uitgelekt en in stukjes)
- 100 g feta (verkruimeld)
- 50 g zwarte of groene olijven (bijv. Kalamata, in ringetjes)
- 1 el verse oregano of basilicum (fijngesneden) of 1 tl gedroogde Italiaanse kruiden

droge ingrediënten:

- 250 g bloem
- 2 tl bakpoeder
- ½ tl baksoda (optioneel, voor extra luchtigheid)
- ¼ tl zout (let op: feta, olijven en tomaten zijn al erg zout!)
- ½ tl versgemalen zwarte peper
- 1 tl knoflookpoeder

natte ingrediënten:

- 2 eieren (L)
- 50 ml van de olie uit het potje zongedroogde tomaten (voor een diepe smaak)
- 25 g extra olijfolie of gesmolten boter
- 175 ml melk of karnemelk

MATERIAAL: muffinbakvorm met 12 holtes of 2x 6, 12 papieren/siliconen vormpjes

ZO MAAK JE HET:

1. Verwarm de oven voor op 200 °C (hetelucht op 185 °C).
2. Vet een muffinbakvorm goed in of gebruik papieren of siliconen vormpjes.
3. Meng in een grote kom de bloem, het bakpoeder, de baksoda, het zout, de zwarte peper en het knoflookpoeder goed door elkaar.
4. Klop in een andere kom de eieren los met de aromatische tomatenolie, de extra olijfolie (of gesmolten boter) en de melk (of karnemelk).
5. Giet de natte ingrediënten bij de droge ingrediënten.
6. Roer kort door met een spatel of lepel tot de bloem net is opgenomen.
7. Het deeg hoort wat dik en klonterig te blijven.
8. Houd een klein handje feta, een paar stukjes tomaat en wat olijfringetjes apart voor de garnering.
9. Spatel de rest van de feta, de zongedroogde tomaatjes, de olijven en de kruiden voorzichtig door het beslag.
10. Verdeel het beslag gelijkmatig over de 12 vormpjes.
11. Bestrooi de bovenkant met de achtergehouden ingrediënten.
12. Bak de muffins in 18 tot 20 minuten goudbruin en gaar.
13. Een prikker die je erin steekt, moet er schoon uitkomen.
14. Laat ze 5 minuten afkoelen in de vorm.

HOUDBAARHEID:

- **Buiten de koelkast:** Omdat deze muffins verse kaas, olijven en tomaten bevatten, bewaar je ze in een afgesloten doos in de koelkast. Ze blijven daar 3 tot 4 dagen goed.
- **In de vriezer:** Luchtdicht verpakt kun je ze tot 2 maanden invriezen. Laat ze op het aanrecht ontdooien. Hoewel ze koud erg lekker zijn, komt de smaak nóg beter tot zijn recht als je ze even opwarmt: ca. 5 tot 8 minuten in een voorverwarmde oven op 160 °C of 20-30 seconden in de magnetron. De feta wordt dan weer heerlijk zacht!

De foto's bij de recepten zijn genereerd door AI, ook de marker is zo gemaakt