



Alle GEFRO-Produkte, die Sie zum Nachkochen benötigen, bestellen Sie bequem frei Haus.

GEFRO KG
87697 Memmingen / Allgäu

Telefon 08331 / 95 95 0
Telefax 08331 / 95 95 17

E-Mail: info@gefro.de

Einkaufszettel

Honig-Chilimuffins

- GEFRO Honig Wald & Blüte
- GEFRO BIO Würzmischungen
- 350 g Mehl, Type 405
- 1,5 TL Backpulver
- 2 TL Salz
- 250 g Schmand
- 70 g weiche Butter
- 2 Eier, Größe M
- 1 rote Chilischote

Weitere tolle Rezepte finden Sie unter www.gefro.de

Honig-Chilimuffins

Rezept für 12 Personen
Zubereitung ca. 35 Minuten

Nährwerte pro Portion:

37,5 g Fett 70 g Kohlenhydrate 14,7 g Eiweiß 3,5 g Ballaststoffe
676 kcal Brennwert

Honig-Chilimuffins 350 g Mehl, Type 405, mit 1,5 TL Backpulver und 2 TL Salz vermengen. Die Mehlmischung mit 250 g Schmand verrühren. 70 g weiche Butter schmelzen und unter den Teig rühren. 2 Eier, Größe M, kräftig unterschlagen. 3 EL **GEFRO Honig Wald & Blüte** mit dem Teig verrühren.

1 rote Chilischote der Länge nach halbieren, entkernen, in sehr feine Würfel schneiden und unter den Teig mengen. Ein Muffin-Backblech mit Muffin-Förmchen auskleiden. Die Muffin-Förmchen zu 3/4 mit dem Teig füllen und bei 200 °C etwa 20 Minuten backen.

TIPP: Geben Sie den Muffins eine besondere Note mit den **GEFRO Würzmischungen**.