



## Zuurkool-cranberry-muffins

Ingrediënten voor het deeg : 250 gram bloem  
(voor 12 stuks)            2 flinke tl bakpoeder  
   1 tl zout  
   1 tl chilipoeder  
   1 tl kummel  
   2 eieren (m)  
   125 ml neutrale plantaardige olie  
   200 gram zure room  
   100 ml melk  
   150 gram zuurkool  
   1 kleine groene paprika  
   50 gram casselerrib  
   125 gram gedroogde cranberries

Bovendien : 12 papieren bakvormpjes en naar smaak fijn gehakte peterselie en chilipoeder om eroverheen te strooien.

1. Bloem, bakpoeder en de kruiden mengen. Eieren, olie, zure room en melk door elkaar roeren. Massa door de bloem roeren.
2. Zuurkool in keukenpapier uitpersen en in kleine stukjes snijden. Paprika schoonmaken, afspoelen en in kleine dobbelsteentjes snijden. Casselerrib in dobbelsteentjes snijden. Alle ingrediënten samen met de cranberries snel door het deeg roeren.
3. Papieren bakvormpjes in de uitsparingen van een muffinblik zetten. Met deeg vullen. In een voorverwarmde oven op 175 graden (gas: stand 2-3, hetelucht: 160 graden) ca. 25-30 minuten bakken. Naar smaak peterselie en chilipoeder over de muffins strooien.

Bereidingstijd : ca. 50 minuten

Voedingswaarde per stuk : energie: 237 kcal / 992 kJ  
   eiwit: 4,9 gram  
   vet: 13,7 gram  
   koolhydraten: 24 gram

Bron: Cranberry Marketing Committee