Groentemuffins met maïs

Bereidingstijd
30 min tot 1u

Moeilijkheidsgraad
Eenvoudig

Ingrediënten

olijfolie
2 eieren
50 ml melk
1 eetlepel boter (gesmolten)
4 eetlepels maïskorrels (uit blik)
2 eetlepels lente-uien (fijngesneden)
100 gram zelfrijzende bloem
40 gram cheddarkaas (of belegen kaas, geraspt)
peper en zout

Bereidingswijze

1. **Verwarm de oven voor op 180 °C. Vet zes muffinvormpjes in met olijfolie of zet er papieren vormpjes in.**
2. **Klop de eieren los met de melk en de gesmolten boter. Kruid met peper en zout.**
3. **Spatel er de maïskorrels, de lente-ui, de bloem en de kaas onder. Verdeel het beslag gelijkmatig over de zes vormpjes. Bak de muffins in ongeveer 20 tot 25 minuten goudbruin en gaar in de voorverwarmde oven. Laat de muffins na het bakken volledig afkoelen op een rooster.**
4. **Doe twee muffins in de brooddoos. Vul verder aan met schijfjes komkommer, tomaatjes, kaasblokjes, perzikpartjes, peultjes en volkorencrackers.**