

# **Muffins mit Kidneybohnen**

## **Zutaten für 16 - 18 Stück:**

1 Dose Kidneybohnen

2 Eier

100 g Parmesankäse

250 g Mehl

250 ml Milch

1 Päckchen Backpulver

5 EL Sonnenblumenöl

4 EL scharfe Grillsoße

Salz, Pfeffer

## **Zubereitung**

- Milch, Öl und Eier verquirlen.
- Parmesan, Backpulver und Mehl vermischen.
- Mischung unter den Eierquirl heben.
- Grillsoße und Bohnen untermengen.
- Etwas Salz und Pfeffer zugeben.
- Teig in die Muffinformchen füllen.
- Bei 190° C etwa 20 - 25 Minuten backen.
- In der Form (Förmchen) abkühlen lassen.