



Bolognese-Muffins

Zutaten

- 50 g Zwiebeln
- 300 g gemischtes Faschiertes
- 50 g Erbsen tiefgefroren
- 140 g Mais aus der Dose, abgetropft
- 250 g Trinkwasser
- 400 g Pizzateig a. d. Kühlregal
- 1 Beutel Maggi Fix für Pasta Asciutta
- 1 EL Sonnenblumenöl
- 100 g geriebener Käse

Zubereitung

1. Backofen auf 180°C Ober-/Unterhitze (150°C Umluft) vorheizen.
2. Für die Pasta Asciutta-Sauce: Zwiebeln schälen und klein schneiden.
3. In einer Pfanne Sonnenblumenöl heiß werden lassen. Faschiertes darin kräftig anbraten. Zwiebelwürfel und Erbsen zugeben und kurz mit anbraten. Mais abtropfen lassen und ebenfalls zugeben.
4. Wasser dazu gießen. MAGGI Fix für Pasta Asciutta einrühren, aufkochen und bei geringer Wärmezufuhr 2-3 Min. köcheln lassen.
5. Pizzateig ausrollen und in Quadrate schneiden. Die Quadrate in gefettete Muffinförmchen legen und etwas andrücken. Die Sauce darin verteilen und mit Käse bestreuen. Die Ecken des Pizzateiges jeweils etwas einschlagen. Im Backofen 15-20 Min. backen. Dieses tolle Rezept wurde von einer Verbraucherin entwickelt.

Nährwerte

Kohlenhydrate	19,44 g
Energie	224,78 kcal
Fett	11,75 g
Eiweiß	10,24 g

35 Minuten

12 Stück