

Ei muffins / Egg Muffins



Boodschappenlijstje

8 vrije uitloop bio-eieren

zeezout naar smaak

versgemalen peper naar smaak

2 lente-uitjes, in fijne ringetjes

8 cherry pruimtomaten, gehalveerd

1 groene paprika, in kleine blokjes

bieslook of platte peterslie, fijn geknipt

Zo maak je ei-muffins

Vet de muffinvorm in of zet er papieren vormpjes in.

Klop de eieren en breng ze op smaak met zeezout en peper.

Schep de groenten door de eieren.

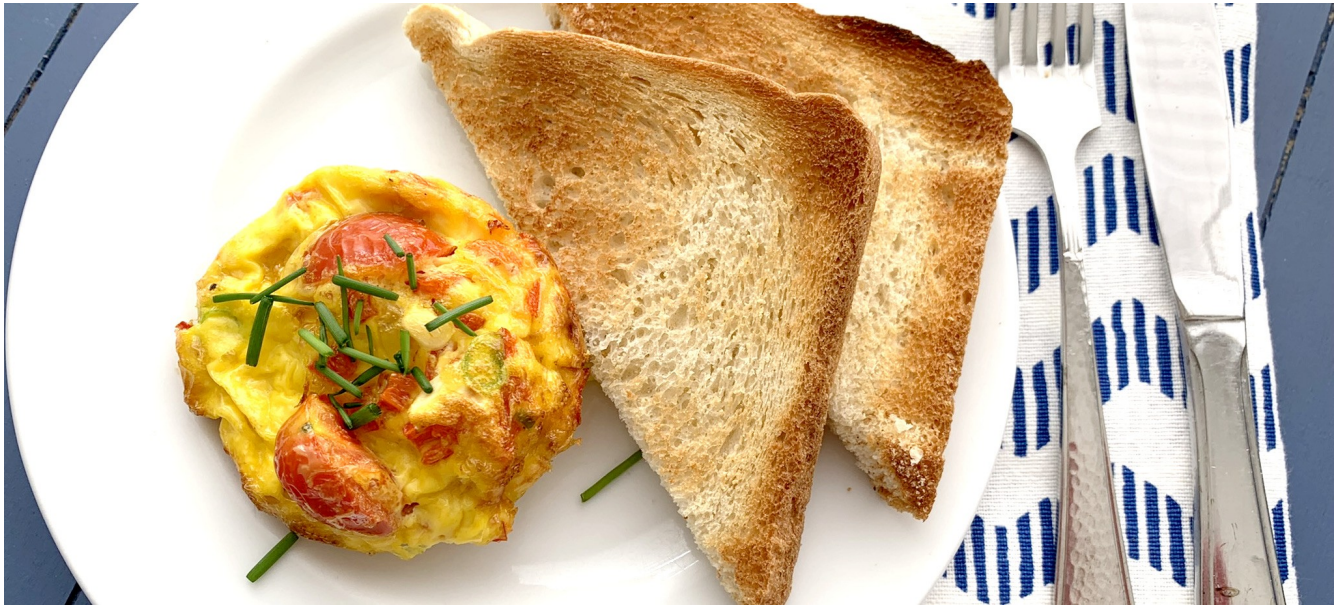
Vul de vormpjes er met het eimengsel en leg er de halve tomaatjes in.

Verwarm de oven voor op 170°C

Bak de ei-muffins 15 - 20 minuten in het midden van de oven.

Strooi er fijngeknipte bieslook over en serveer de eimuffins warm met brood.

Ei muffins / Egg Muffins



Shopping list

8 free-range organic eggs

sea salt to taste

freshly ground pepper to taste

2 spring onions, finely sliced

8 cherry plum tomatoes, halved

1 bell pepper, cut into small cubes

chives, finely chopped

How to make egg muffins

Grease the muffin tin or put paper cases in it.

Beat the eggs until frothy and season with sea salt and pepper.

Spoon the vegetables through the eggs.

Press in the halved cherry tomatoes and fill the molds with the egg mixture..

Preheat the oven to 170°C

Bake the egg muffins in the middle of the oven for 15 - 20 minutes.

Sprinkle chopped chives over the top and serve the egg muffins warm with bread.