

Recette : MUFFINS ÉPINARDS/ROQUEFORT !

Apéritifs



MUFFINS ÉPINARDS/ROQUEFORT !

INGRÉDIENTS

5 Œufs
400 grammes de farine
25 centilitres de lait demi-écrémé
25 centilitres d'eau
75 grammes d'épinards frais
150 grammes de roquefort
1 sachet de levure
Sel
Poivre

PRÉPARATION

1. Mélanger les œufs, la farine, le sel, le poivre et la levure.
2. Ajouter le lait et l'eau.
3. Mélanger jusqu'à obtenir une pâte homogène.
4. Laver, équeuter et couper les épinards.
5. Rajouter les épinards à votre première préparation et mélanger de nouveau.
6. Émietter le roquefort et mélanger une dernière fois.
7. Remplir vos moules à muffins aux deux tiers.

Un Conseil ?

Attendre le refroidissement complet de vos muffins pour les démouler (sinon ils auront tendances à coller).

Préparation : 15 minutes
Cuisson : 15 minutes



C'est à vous de jouer !