



Autre

Muffins aux légumes

Pour 6 personnes.

Ingrédients

1 cuillère à café d' épices italiennes
3 cuillères à soupe d'huile d'olive
1 cuillère à café poudre de paprika
300 grammes farine fermentante
1 courgette (coupée finement)
100 grammes jambon (en des)
70 grammes Gruyère (hachés)
125 millilitres de yaourt
2 jeunes oignons
1 pincer de sel
3 œufs

Méthode de préparation

Chauffez le four à 220°C.

Mélangez la farine avec le sel et la poudre de paprika. Incorporez-y les légumes, le jambon, les épices Italiennes et le fromage. Cassez les œufs dans le mélange puis versez-y le yaourt et l'huile d'olive. Mélangez bien le tout.

Répartissez la pâte dans des petites formes à muffin en papier et enfournez 20 minutes.

Ustensiles de cuisine

Four
Mixeur
Formes à tartelette

