

Špenátové muffiny

Kategorie: [Moučníky](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 12

- Špenátový protlak 200 g
- Polohrubá mouka 100 g
- Vejce 3 ks
- Česnek, sůl 1 ks

Doba přípravy: 45 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Pečení

Země: Česká republika

Počet porcí: 12

Postup:

Špenát smícháme se žloutky, moukou, osolíme, přidáme lisovaný česnek a sníh z bílků. Do tohoto základního těsta můžeme přidat uzené maso nebo uzeninu, strouhanou cihlu nebo nivu. Těstem naplníme formy muffin a pečeme v troubě vyhřáté na 190 °C cca 10 minut. Necháme trochu zchladnout, muffiny vyklopíme na rošt a necháme vychladnout. Podáváme samostatně se zeleninou nebo třeba se sýrovou omáčkou.