



Paulinepau

Curieuse et gourmande, j'aime tester de nouvelles recettes. Mon moment préféré pour cuisiner : le goûter du dimanche !

2 passionnés me suivent

4 articles

Suivre ce

4 articles

[Voir son profil](#)



[Voir tous ses articles](#)

Muffins saumon épinards

342 5 J'aime Mettre en favoris 2 commentaires

PARTAGER

Muffins saumon épinards



Pour 6 muffins saumon épinards :

- 100 g d'épinards en branche décongelés
- 50 g de gruyère râpé
- 75 g saumon cru ou fumé
- 1 œuf
- 75 g de farine
- 55 g de crème fraîche liquide
- 3 cuil. à soupe de sauce hollandaise (ou 3 cuil. à soupe de lait)
- 1 cuil. à café de levure chimique
- Sel

Préchauffez le four à 180°C

Mélangez l'œuf battu, la sauce et la crème fraîche.

Ajoutez les épinards égouttés, le fromage râpé et le saumon en dés, mélangez à nouveau.

Ajoutez la farine et la levure et mélangez grossièrement jusqu'à ce que le mélange soit homogène.

Répartissez la pâte dans des moules à muffins, et enfournez pour environ 20 minutes.

Dégustez vos muffins saumon épinards chauds, tièdes ou froids, et régalez-vous !



J'aime



Mettre en favoris

Signaler ce contenu

2 commentaires

 Delphine

23 MAI 2017 AT 18 H 24 MIN

Waouh ils ont l'air tellement bons ! S'ils sont comme les chouquettes, je vais très vite tester la recette 😊



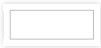
JU

26 MAI 2017 AT 22 H 38 MIN

Miam... Rien qu'à regarder les photos et lire la recette j'en ai déjà l'eau à la bouche...
Je teste très rapidement 😊

La pizza étoile





Audrey57

Le 23/03/16
De Zôdio Metz

879

56 passionnés
me suivent

Mes délicieuses carottes rôties au four !

Mes délicieuses carottes rôties au four !



Oga_pata...

Le 13/09/17

245

19 passionnés
me suivent

Tartelettes du soleil





La cuisine de
mumu

Le 20/10/16

580

2 passionnés
me suivent



Découvrez la zodio tv

Mentions légales Copyright © 2016 ZODIO.