

Яичные маффины

35—45 Мин.

Способ приготовления

1. Разогрейте духовку до 180°C и смажьте форму для маффинов оливковым маслом. Наполните форму для маффинов нарезанными овощами и посыпьте раскрошенной фетой.
2. Приготовьте яичную массу. Яйца взбейте в миске и смешайте со щепоткой соли, перца и итальянских трав. Равномерно распределите смесь по уже заполненным формочкам для маффинов. Украсьте свежей петрушкой.
3. Поставьте форму для маффинов в духовку примерно на 25 минут. Авокадо нарежьте кубиками и сбрызните соком лайма. Помидоры помойте и мелко нарежьте.
4. Достаньте форму для маффинов из духовки и дайте ей немного остыть. Украсьте маффины авокадо и помидорами.

Ингредиенты 4 Порции

= Kotányi Produkte

6 шт.	Яйца
100 г	Фета
1 ч.л.	Оливковое масло
1 пучок	Петрушка
Щепотка	Соль морская
Щепотка	Перец черный молотый
1 ст.л.	Приправа Итальянские травы
300 г	Овощи кубиками (цуккини, перец, зеленый лук, помидоры)
1 шт.	Авокадо
1 шт.	Лайм
1 шт.	Помидоры
1 шт.	Форма для маффинов