



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

Лайм 1 шт.

1 шт. Помидоры

1 шт. Форма для маффинов

Яичные маффины

(7) 35—45 Мин. **(**7) (7) (7)



Способ приготовления

- Разогрейте духовку до 180°C и смажьте форму для маффинов оливковым маслом. Наполните форму для маффинов нарезанными овощами и посыпьте раскрошенной фетой.
- 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.
- Поставьте форму для маффинов в духовку примерно на 25 минут. Авокадо нарежьте кубиками и сбрызните соком лайма. Помидоры помойте и мелко нарежьте.
- Достаньте форму для маффинов из духовки и дайте ей немного остыть. Украсьте маффины авокадо и помидорами.

