



Яєчні мафіни з овочами та сиром Фета

🕒 35—45 хв 🍴🍴🍴

Приготування

- 1 Розігріти духовку до 180°C , змастити форму для мафінів оливковою олією. Наповнити форму для мафінів нарізаними овочами та посипати подрібненою Фетою.
- 2 Готуємо яєчну масу. Збити яйця в мисці, додати дрібку солі, перець та італійські трави. Рівномірно розподілити суміш по вже наповненим формочкам. Прикрасити свіжою петрушкою.
- 3 Поставити форму для мафінів у духовку приблизно на 25 хвилин. Тим часом авокадо нарізати кубиками і полити соком лайма. Помідори помити і дрібно нарізати.
- 4 Останній крок - дістати деко з мафінами з духовки та дати трохи охолонути. Залежно від ваших уподобань, мафіни тепер можна прикрасити авокадо та помідорами, фетою та свіжою петрушкою. Смачного!

Інгредієнти 4 порц.

🍴 = Kotányi Produkte

6	Яєць
100 г	Сиру "Фета"
1 ст.л.	Оливкової олії
1 пучок	Петрушки
	🍴 Сіль морська йодована
	🍴 Чорний перець горошок
1 ст.л.	🍴 Трави італійські
300 г	Залишки овочів, нарізані невеликими шматочками (цукіні, перець, цибуля ріпчаста, помідори)
1	Авокадо
1	Помідор
1	Лайм
	Форма для кексів

