



# MRKVOVO-ŠPENÁTOVÉ MUFFINY SO SLANINOU

OD COOLINARI.SK, NAPÍSA LA MIŽU

## NA MRKVOVO-ŠPENÁTOVÉ MUFFINY SO SLANINOU BUDETE POTREBOVAŤ (12 ks):

2 mrkvy, 3 väčšie plátky slaninky, 1 červená cibuľa, 150 g mladého špenátu, 250 g hladkej múky, 2 lyžičky kypriaceho prášku, ½ lyžičky sódy, 1 lyžičku hrubej morskej soli, 80 g dobrého tvrdého syra, 2 vajcia, 75 g rozpusteného a schladeného masla, 250 ml kvalitného jogurtu, šťava zo ¼ citrónu

### A TAKTO NA TO:

Na panvici opražte do zlata na drobno nakrájanú slaninku. Vyberte ju, nechajte odmastiť a vychladnúť na papierovom obrúsku. S cibuľkou urobte to isté. Špenát vložte do sita a prelejte vriacou vodou. Ihneď potom ho prepláchnite v tečúcej studenej vode a rukami poriadne vyžmýkajte prebytočnú vodu. Špenát nakrájajte a odložte bokom. Roztopte maslo a nechajte ho vychladnúť.

Rúru predhrejte na 180 stupňov. Vo väčšej mise zmiešajte múku, soľ, kypriaci prášok, sódu a väčšinu syra. V inej nádobe prešľahajte vajcia, rozpustené maslo a jogurt zmiešaný s citrónovou šťavou. Zmes prilejte k suchým prísadám a vareškou krátko premiešajte. Pridajte mrkvu, slaninu, cibuľu a špenát. Cesto miešajte iba vareškou. Nešľahajte, musí ostať nadýchané.

Plech na muffiny vyplňte papierovými formičkami. Cesto rozlejte a posypte zvyšným syrom. Pečte 18 – 20 minút. Ak si chcete overiť, či sú muffiny ozaj upečené, zapichnete doprostred jedného z nich špajľu. Ak po vytiahnutí ostala čistá a nelepavá, muffin je upečený. Vytiahnite muffiny z formy a nechajte ich vychladnúť na mriežke. Dokonalé sa hodia ako raňajkové menu.



COOLINARI.SK FOOD BLOG

