

MUFFINS DE BRÓCOLI

Ingredientes:

- 1 brócoli
- 3 huevos
- 1/2 vaso de leche
- Queso parmesano
- Tomate (natural o seco)
- Aceitunas negras
- Nuez moscada
- Sal

Elaboración:

1. Precalentar el horno 180°C
2. Reservar unos arbolitos de brócoli (1 por cada muffin)
3. Picar o rallar el resto de brócoli junto con las aceitunas
4. Añadir a la mezcla los huevos batidos, la leche, el tomate en dados o deshidratado, la nuez moscada y la sal.
5. Verter un poco de la masa en los moldes (tipo magdalena o muffin), añadir un arbolito de brócoli en el centro y terminar de cubrir con el resto de la mezcla.
6. Rallar queso parmesano por encima
7. Hornear 180°C 30 minutos