



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://BanuAtabay.com)

## KEÇİ PEYNİRLİ İSPANAKLI MUFFİN

250 gr margarin  
1 su bardağı süt  
150 gr ayıklanmış ıspanak  
2 su bardağı un  
1 paket kabartma tozu  
50 şer gr permesan ve keçi peyniri karışımı  
1 adet yumurta  
Biraz tuz, karabiber, pulbiber  
Biraz minik çeri domatesleri  
100 gr lor

Muffin kalibinizi siviyağla hafif yağlayın veya kağıt kalıp serin.

Geniş bir tavaya margarin ve sütü ekleyip yağ eriyene kadar kısık ateşte tutun.

Yağ eriyince tavaya ayıklayıp irice doğradığınız ıspanakları ekleyip yüksek ateşte 1-2 dakika kadar çevirip, tavayı ocaktan alıp bir kenarda ilinmesini bekleyin.

İspanaklı karışım ilinince içine 1 yumurtayı ekleyip blendırdan geçirin.

Kuru malzemelerin hepsini bir kaptaki karıştırın. Permesan, keçi ve lor peynirlerini elinizle ufalayarak ıspanaklı karışıma boşaltın. Kuru malzemeleri ekleyip kasık yardımı ile tüm malzemeleri birbirine harmanlayın.

Eşit miktarda muffin kalıplarına boşaltarak üstlerine çeri domatesleri hafif gömerek yerleştirin.

Önceden ısınmış 180 derece fırında yaklaşık 25 dakika pişirin.