



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ISPANAKLI VE PEYNİRLİ MUFFİN

1 demet ıspanak
100 gram kaşar peyniri
4 adet yumurta
Yarım su bardağı süt
4 çorba kaşığı margarin
2 su bardağı un
1 çorba kaşığı susam
1 paket kabartma tozu
1 tatlı kaşığı karbonat
Yarım çay kaşığı karabiber
Yeterince tuz

İspanakları derin bir tencerede haşlayın. Fazla suyunu çıkması için 5 dakika kadar bir süzgeçte bekletin. Robot yardımıyla veya çatalla püre haline getirin. Yumurtaların beyazıyla sarısını ayırın. Unu eleyin ve ortasını havuz gibi açın. Margarin, püre edilmiş ıspanak, rendelenmiş kaşar peyniri, karabiber, tuz ve süt ile koyu boza kıvamında hamur elde edin. Fırını 190 derece ısıtın. Muffin kalıplarını yağlayın. Yumurta beyazını mikser yardımı ile köpürtün. Hazırladığımız diğer karışım ile karıştırın. Kalıplara dökerek üzerlerine susam serpiştirin. Yaklaşık 20 dakika pişirin.

