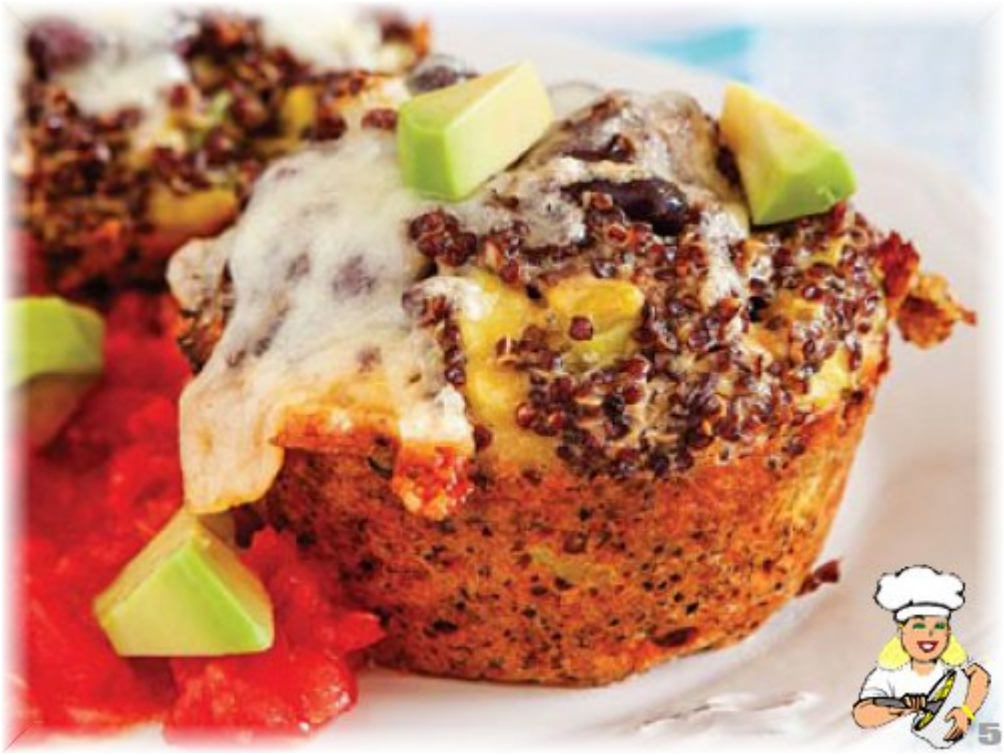
KİNOALI KEK

https://www.elele.com.tr

2 su bardağı su
1 su bardağı kırmızı kinoa
4 büyük yumurta (hafifçe çırpılmış)
1 su bardağı konserve siyah fasulye
50 gr süzme peynir
2 yemek kaşığı un
1/4 su bardağı kıyılmış taze soğan
1 çay kaşığı kabartma tozu
1 diş sarımsak
1 su bardağı rendelenmiş otlu Van peyniri
500 gr küp doğranmış ve pişirilmiş domates
1/4 çay kaşığı tuz
1 küçük jalapeno biberi
1/4 su bardağı doğranmış taze kişniş
1 avokado

Fırını 190 derecede ısıtın. 12 muffin kalıbının içine fırçayla yağ sürün. Suyu tencerede kaynatın. Kinoayı ekleyin. Ocağı kısıp tavanın kapağını kapatın ve 15 dakika pişirin. Pişen kinoayı büyük bir kaseye alın ve soğuması için bekletin. Yumurta, siyah fasulye, süzme peynir, taze soğan, un, kabartma tozu ve 1/4 çay kaşığı tuzu kinoaya ekleyin ve iyice karıştırın. Karışımı muffin kalıplarına paylaştırın. Üzerlerine birer yemek kaşığı peynir serpin. Kekleri üzerleri pembeleşinceye kadar 20 dakika pişirin. Fırından çıkardıktan sonra 5 dakika soğuması için bekletin. Muffinleri kalıplarından çıkarın. Domates, sarımsak, jalapeno biberi ve bir tutam tuzu blender?dan geçirin. Küçük bir kaseye alın ve kişnişi ekleyip karıştırın. Kekleri sosu ve avokado ile servis edin.



© lezzetler.com tarif no:151543 • adı:Kinoalı Kek • gönderen:ay ışığı • indirme tarihi:28.03.2024 - 16:25