

Proteinové vaječné muffiny

🕒 30 minut

náročnost ●○○○

Ingredience (12 kusů)

- 6 vajec
- 1 kus High protein přírodní zrající sýr
- 100 ml Jihočeského mléka
- nasekaný kopr
- 100 g slaniny
- hrst baby špenátu
- 1 paprika
- 100 g cherry rajčat
- špetka soli



Návod na přípravu:

Vejce rozšleháme s mlékem, solí a nasekaným koprem. Některé formičky na muffiny můžeme vystlat slaninou. Do každé formičky přidáme baby špenát, nakrájenou papriku a cherry rajčata. Zeleninu zalijeme vaječnou směsí a navrch rozdělíme na kostičky nakrájený High protein přírodní zrající sýr. Pečeme v předehřáté troubě na 180 °C přibližně 20 minut, dokud muffiny nezezlátnou a nejsou pevné.