

# Lorlu Yumurta Muffin

Toplam 30 dk

Hazırlama 10 dk · Pişirme 20 dk

6 kişilik

Kolay

~156 kcal

Açılış 6/10

Lorlu yumurta muffin, fibrin pişen porsiyonluk kalıpların yüksek proteinli kahvaltılar için uygundur.

## Malzemeler

- 6 adet Yumurta
- 150 gr Lor peyniri
- 1 avuç Ispanak
- 0.3 demet Maydanoz

## Yapılış

- Yumurta ve lorun çirpim.
- Ispanak ve maydanozu karıştırmak için.
- Karışımın kalıplara paylaştırıp 190°C fırında 18 dakika pişirin.

### PÜF NOKTASI

Karışımın kabuğunda iki seviyede bırakılmaması için.

### SERVIS ÖNERİSİ

Yanında maydanoz yaprakları koyarak servis edin.

## Alerjenler

Süt

Yumurta