

ANTIPASTI E SNACK

## Muffin salati con spinaci e feta

DOSI PER: 12 pezzi    DIFFICOLTÀ: bassa    COTTURA: 25 min    COSTO: basso    REPERIBILITÀ ALIMENTI:  
facile



Muffin salati con spinaci e feta

### INGREDIENTI

FARINA 375 gr  
UOVA 2  
LATTE 250 gr  
BURRO A TEMPERATURA AMBIENTE  
125 gr  
LIEVITO IN POLVERE Istantaneo 10 gr  
SALE + q.b per salare gli spinaci - 1 presa  
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) +  
q.b per saltare gli spinaci - 10 gr  
SPINACI scongelati - 200 gr  
FETA 100 gr  
PEPERONCINO ROSSO FRESCO 1  
SPICCHIO DI AGLIO 1

### PREPARAZIONE

**1** Quando volete preparare i muffin salati con spinaci e feta, prima di tutto occupatevi degli

spinaci. Fate scaldare un filo d'olio extravergine d'oliva, in una padella e aromatizzatelo con il peperoncino spezzettato e lo spicchio d'aglio tritato. Aggiungete in padella gli spinaci scongelati e spezzettati e fateli saltare per qualche minuto, a fuoco moderato, in maniera tale da far evaporare tutta l'acqua in eccesso e farli leggermente restringere. Una volta pronti allontanateli dal fuoco e lasciateli raffreddare.

**2** In una scodella sbattete le uova con una presa di sale e il latte, quindi unite il burro ammorbidito a temperatura ambiente e 10 g di olio extravergine d'oliva. Incorporate al composto la farina setacciata insieme al lievito istantaneo e amalgamate bene, infine aggiungete gli spinaci freddi e la feta spezzettata. Mescolate bene in modo tale da ottenere un composto omogeneo.

**3** Quindi imburrate gli stampini da muffin e versate all'interno di ogni stampino, fino a 3/4 circa il composto appena preparato. Trasferite in forno preriscaldato statico a 200°C per circa 25-28 minuti. Trascorso il tempo di cottura sfornate i muffin salati con spinaci e feta, lasciateli intiepidire e serviteli.