



Hozzávalók:

1-1 ág bazsalikom-, kakukkfű és origano,
25 dkg finomliszt, 1 csomag sütőpor, fél
mökkáskanál só, 1 mokkáskanál őrölt
fekete bors, 2 tojás, 2 dl tejfől vagy natúr
joghurt, 0,75 dl olaj (legjobb az olíva), 15
dkg feta sajt, 10 szem magozott zöld
olajbogyó (paprikával töltött is lehet), 10
szem magozott fekete olajbogyó
a forma kikenéséhez:
2 evőkanál olaj (legjobb az olíva)

1. A zöldfűszerek leveleit a szárról lecsipkedve apróra vágjuk, majd a liszttel, a sütőporral, a sóval és a borssal összeforgatjuk. A tojást a tejjel (pontosan 2 decinek kell lennie, nem elég a kis poharas hozzá!) és az olajjal felferjük. A fetát kb. 4 milliméteres kockákra, a kétféle olajbogyót félkarikákra vágjuk. Egy tálban a lisztes és a tojásos masszát összedolgozzuk, és csak azután adjuk hozzá a sajtot meg az olajbogyót, hogy ne törjön össze.
2. Egy közepes muffinsütő mélyedéseit olajjal kikenjük, de papírkosárákkal is kibélelhetjük. A sajtos, olajbogyós masszával a háromnegyedükig töltjük. Előmelegített sütőben, jó közepes lánggal (190 °C; légkeveréses sütőben 170 °C) kb. 20 perc alatt megsütjük. A formában maradjon 5 percig, majd a muffinokat azon melegében tálaljuk.

12 darab

Elkészítési idő: 45 perc

Egy darab: 225 kcal