MUFFIN DE OVOS E ESPINAFRES

INGREDIENTES

6 ovos

250 g de espinafres baby

sementes de sésamo e papoila ou linhaça

queijo da ilha ou mozzarela ralado

MODO DE PREPARO

Unte com manteiga 6 formas de muffin.

Ligue o forno a 180°c.

Disponha um ovo por cada forminha.

Por cima dos ovos coloque espinafres e as sementes.

Polvilhe com queijo ralado e leve ao forno 20 minutos.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/13376-muffin-de-ovos-e-espinafres.html