

# MUFFIN DE ESPINAFRE E QUEIJO FETA

## INGREDIENTES

2 e 3/4 de xícara de farinha de trigo  
1/4 xícara de açúcar  
2 colheres de chá de fermento em pó  
2 colheres de chá de sal  
3/4 xícara de leite  
1/2 xícara de óleo vegetal  
2 ovos  
1 tomate sem semente cortado em quadradinhos  
Espinafre cortadinho a gosto (eu coloquei bastante)  
150 g de queijo feta  
Parmesão ralado a gosto

## MODO DE PREPARO

Misture a farinha, açúcar, sal e fermento em uma vasilha média.  
Separadamente junte o leite, óleo e ovos em uma vasilha maior e misture bem.  
Coloque a mistura de farinha aos poucos na mistura líquida e mexa bem com a mão.  
Adicione então o espinafre, queijo feta, tomate e parmesão e misture bem.  
Coloque em forminhas de preferência de silicone para não grudar ou então unte bem com óleo e farinha se for forma de metal.  
A consistência da massa é "grudentinha".  
E por fim coloque um pouquinho de queijo por cima e asse por 30 minutos aproximadamente.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/46721-muffin-de-espinafre-e-queijo-feta.html>