

thermomix

Muffins de brócoli y fuet



TM-31

Preparación: 10 min.

Horneado: 20-25 min.

Total: 40 min

Kcal./Ración: 215,4 kcal.

INGREDIENTES PARA 12 UNIDADES:

- 100 g de fuet sin piel cortado en rodajas
- 50 g de queso manchego
- 250 g de agua
- 100 g de ramilletes de brócoli
- Sal
- 3 huevos
- 120 g de mantequilla a temperatura ambiente
- 50 g de leche
- 200 g de harina
- 1 cucharadita de levadura química en polvo
- Pimienta negra molida
- 2 cucharadas de queso parmesano rallado

PREPARACION

Pon el fuet y el queso en el vaso y trocea 7 seg Vel 10. Retira del vaso y reserva.

Sin lavar el vaso, vierte el agua, pon el brócoli en el cestillo e introdúcelo dentro del vaso. Programa 10 min Varoma Vel 1. Utiliza la muesca para extraer el cestillo, espolvorea el brócoli con sal y reserva. Desecha el agua del vaso.

Precalienta el horno a 180°C.

Sin lavar el vaso, pon los huevos y programa 3 min 37º Vel 3.

Añade la mantequilla en trozos y la leche y mezcla 10 seg Vel 3.

Incorpora la harina, la levadura y la pimienta y programa 15 seg Vel 3.

Agrega el fuet, el queso y el brócoli reservados y mezcla 5 seg Vel 3. Termina de mezclar con la espátula y vierte en moldes individuales o cápsulas de magdalena.

Espolvorea con queso parmesano y hornea a 180°C durante 20-25 minutos. Retira del horno, deja templar y sirve.

