



Venez visiter notre site : www.lesjardiniersduvaldauthion.fr

MINI MUFFINS SALES A LA BERCE

- 160g de berce

Séparer les folioles des pétioles.

Hacher les pétioles et émincer finement les folioles.

Faire une poêlée avec 3 échalotes émincées et pétioles.

Ajouter les folioles une fois que cela commence à colorer.

Préparez un appareil à Cake avec

- 150 g farine
- 1 sachet de poudre à lever
- sel, poivre (éventuellement poivre sauvage : fruits de maceron et d'alliaire moulus)
- 3 œufs
- 145 ml de lait de vache ou lait végétal
- 80ml huile d'olive
- fromage râpé
- 30 g cerneaux de noix torréfiés (15 mn à 160° sur une plaque au four > quand on casse le cerneau en 2, il doit être coloré à l'intérieur) et concassés.

On peut ajouter des petits morceaux de pomme pour le côté salé/sucré.

Enfin ajouter la poêlée de berce, les pétioles devant être encore légèrement croquants.

Mettre dans moule en silicone à mini muffins

Faire cuire au four à 180° environ 20-25 mn.