

Mini cakes apéritifs légers à la fondue de poireau



VALEUR NUTRITIVE: 38 kcal/portion

- 1 blanc de poireau
- 1 cuillère à soupe de fromage blanc 0%
- 50 g de farine
- 2 oeufs
- ½ sachet de levure chimique
- 2 cuillères à soupe de lait écrémé
- des fines herbes ciselées (au choix)
- sel, poivre

- Préchauffez le four à 180°C.
- Lavez puis émincez le blanc de poireau.
- Faites-le chauffer dans une poêle avec un fond d'eau, en mélangeant bien pour éviter qu'il accroche.
- Laissez refroidir.
- Battez les œufs avec le lait dans un saladier.
- Ajoutez la farine et la levure et remuez bien.
- Incorporez la fondue de poireau, les fines herbes, du sel et du poivre.
- Versez la préparation dans de minis moules à cupcake en silicone.
- Enfournez pendant 15 à 20 minutes.
- Dégustez encore tiède ou froid.

CRÉDITS : FOURCHETTE & BIKINI