



Glutenvrij hoort erbij!

Spinaziemuffins

Ingrediënten

275 gram glutenvrij meel b.v twello's wit
Snufje zout
1 eetlepel bakpoeder
2 eetlepels zeer fijne kristalsuiker
 $\frac{1}{4}$ Theelepel nootmuskaat
3 dl. Melk
3 eetlepels olijfolie
1 losgeklopt ei
225 gram fijngehakte spinazie
100 gram geroosterde pijnboompitten.

Bereiding

Verwarm de oven voor tot 175 graden.

Vet een muffinbakplaat in.

Rooster de pijnboompitten in een hete koekenpan met heel weinig olie zachtjes lichtbruin. Niet te donker dan worden ze bitter

Leg ze op een stukje keukenrol.

Klop in een grote kom de melk met de olijfolie en ei met een handmixer tot alles goed is vermengd. Spatel het bloemmengsel door het melkmengsel tot alles net is vermengd. Schep de spinazie en de pijnboompitten erdoor.

Schep het beslag in de ingevette vormpjes. Bak de muffins in 20 minuten gaar. Neem de bakplaat uit de oven en laat 5 minuten staan.

Zet ze vervolgens op een rooster en laat ze afkoelen.

Zijn 3 dagen houdbaar.

Invriezen gaat ook heel goed.

Altijd een bakje water in de oven zetten.

