



Muffin Aux Épinards

Ispanaklı Çörek



1 cuillère à soupe de levure sèche
1 sucre en morceau
3 tasses d'eau tiède
1 cuillère à café de sel
De la farine tant que possible
Pour l'intérieur ;
1 bouquet d'épinards (un demi kg.)
4 cuillères à soupe d'huile végétale
2 tasses de fromage blanc non gras
1 blanc d'œuf
½ cuillère à café de poivre noir
½ cuillère à café de sel
Pour la surface ;
1 jaune d'œuf

- # Mettez dans un bol de pétrissage, de la levure fraîche, du sucre en morceau et 1 tasse d'eau tiède. Mélangez puis laissez attendre couvert pendant 10 minutes.
- # Puis rajoutez les 2 tasses d'eau tiède et du sel. Rajoutez de la farine en pétrissant jusqu'à obtenir une pâte pas trop solide.
- # Couvrez la pâte et laissez attendre pendant 1 heure. Préparez l'intérieur pendant ce temps ; Lavez les épinards puis coupez finement.
- # Mettez de l'huile dans une casserole puis placez à moyenne température. Rajoutez les épinards. Laissez cuire en mélangeant, rajoutez du sel puis retirez du feu.
- # Quand les épinards deviennent tiède, rajoutez du blanc d'œuf, du poivre noir et du fromage blanc râpé.
- # Séparez la pâte en 4 morceaux. Ouvrez chaque morceaux en rectangle à la taille d'un plat.
- # Étalez ¼ de mélange d'épinards sur la surface de la pâte. Faites un rouleau pas trop serré.
- # Coupez le rouleau à la largeur de 3 doigts. Faites les mêmes manipulations pour les 3 autre morceaux. Placez les muffin en verticale dans un plat de cuisson. Laissez reposer pendant ½ heure avant de mettre au four.
- # Mettez du jaune d'œuf dessus. Laissez cuire au four préchauffé à 190 degrés.
- # Servez chaud ou tiède.

N-B; Si vous n'avez pas le temps de préparer la pâte, vous pouvez utiliser 2 pâtes de pains cru.