

Bouchées saumon/bluets

Côté marché :

100 g de farine

1 cc de poudre à lever sans phosphate (magasin bio)

1 cc d'aneth (surgelée)

2 gros oeufs

200 g de fromage blanc bio

2 cs d'huile d'olive

1 cs d'huile d'Argan (facultatif)

1 poignée de bluets

2 petites tranches de saumon fumé

sel, poivre 5 baies



Dans un saladier, mélangez les oeufs, le fromage blanc, l'huile.

Dans un autre, mélangez la farine avec la levure.

Mélangez les 2, salez, poivrez, ajoutez l'aneth.

Incorporez les bluets délicatement en en réservant 8 pour la déco. Coupez le saumon en petits morceaux et déposez-le au fond des moules en silicone ou autres.

Versez la pâte dans les empreintes.

Enfournez à 180°C pour 30/35 mn. Attendez qq minutes, puis démoulez-les sur une grille.

Vous pouvez les déguster tièdes ou froids.

Cuisine Guylaine

<http://cuisineguylaine.canalblog.com>

