



Muffins poireaux - sésame

Pour 6 gros muffins :

- 1 œuf
- 150 g de lait
- 1 càs de tahini (purée de sésame que vous trouverez en magasin bio)
- 120 g de farine
- 1/2 càc de levure chimique
- sel
- poivre
- 5 poignées de poireaux émincés surgelés
- 1 càs de graines de sésame + pour saupoudrer

Préchauffer le four à 180°C (soit thermostat 6).

Dans un saladier, battre l'œuf en omelette avec le lait puis le tahini, la farine et la levure tamisées ensemble. Mélanger et saler et poivrer. Ajouter les poireaux encore surgelés.

Verser la préparations dans des empreintes de moules en silicone. Saupoudrer les muffins de graines de sésame.

Enfourner pendant 20 à 25 min. Les muffins doivent être dorés. Laisser refroidir avant de démouler.