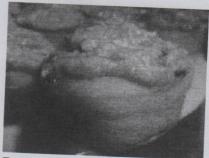
les Foodies

http://www.lesfoodies.com/

Muffins salé de mais, nappage guacamole





Ingrédients (6 personnes):

100g de farine blanche, 100 g de farine de mais ,2 cuillères à café de levure chimique, une pincée de sel, 130 ml de lait fermenté, la même quantité de yaourt brassé devrait fonctionner aussi, 40 g de beurre fondu, 2 œufs, 50 ml de bière, 1 des poivron rouge, 100g de fromage râpé

Guacamole:

1 avocat bien mûr, 3 cuillères à soupe d'huile d'olive, Le jus d'un demi-citron, cumin, Feuille de coriandre fraiche, sel, poivre, un peu d'ail, Tabasco (si vous aimez ça)

Préparation:

Couper le poivron en deux, enlever graines et partie blanche, reduire en petits dés faire revenir 20 mns a la poele dans un peu d'huile d'olive. Mettre les ingredients secs, puis les liquides, finir par les dès de poivrons et le fromage rapé. Repartir la pate dans les moules beurrés et mettre au four 20-25 mns thermostat 7. Faire le guacamole en ecrasant l'avocat avec une fourchette et ajouter le reste des ingrédients, bien melanger. Napper les muffins(froids)avec le guacamole.

Publié par celia1806 http://www.lesfoodies.com/celiasinegre