

# Muffins courge spaghetti et feta



## INGREDIENTS

- 1/2 courge spaghetti
- 1 paquet de feta
- 100 g de farine de sarrasin
- 40 g de farine de pois chiches
- 1/2 sachet de poudre à lever
- 10 g d'huile d'olive
- 30 g de lait végétal
- Basilic frais

## INSTRUCTIONS

- Cuire la courge spaghetti au four coupée en deux **45min à 180°C**
- Une fois cuite récupérer la chair à l'aide d'une fourchette puis la verser dans un saladier
- Ajouter la farine, la poudre à lever, l'huile d'olive, le lait végétal et les épices de votre choix
- Ciseler du basilic frais
- Bien mélanger puis ajouter la feta en dés et le basilic
- Verser le mélange dans **des moules à muffins** et faire cuire pour **20 min** environ (planter un couteau pour vérifier la cuisson)