

بودينغ ديك رومي وجبن

إنها وصفة طعمة جدا وطرية

المكونات

بيضتين

3 شرائح ديك رومي

رشة من الفلفل الأسود

رشة من بودرة الثوم

60 ج جبن موزاريلا

4 ملاعق كبيرة (20 ج) من بلفيت بلس

التحضير

1. نسخن الفرن على درجة حرارة 180 درجة مئوية
2. نقطع شرائح الديك الرومي لقطع صغيرة
3. في وعاء، نخفق البيض ونضيف الديك الرومي المفروم وجبنة الموزاريلا المبشورة
4. نضيف حبوب بلفيت بلس ونتبلها بالبهارات. نمزج كل شيء جيداً
5. يُسكب المزيج في قوالب السيليكون ويُخبز لمدة 15 دقيقة أو حتى ينضج

* الوصفة يمكن إعدادها بأنواع مختلفة من حبوب بلفيت

سر طهي الوصفة

يوصى باستخدام قوالب السيليكون. على العكس من ذلك، إذا اخترت قوالب معدنية، فمن المهم أن ندهنها جيداً بالزيت أو الزبدة قبل سكب الخليط لمنع الالتصاق

يمكنك إضافة توابل مختلفة مثل المرقدوش الشائع أو الزعتر لللمسة نهائية مختلفة



القيمة الغذائية (لكل وجبة)

القيمة الغذائية: 315.07 كيلو كالوري؛ البروتين: 19.64 ج؛ الكربوهيدرات: 10.11 ج؛ الدهون: 11.89 ج؛