

# Muffins de saumon



2 personnes

10 min préparation

5 à 20 min cuisson

## Les ingrédients

**1 boîte de 60 g** de crème de saumon rose du pacifique à l'estragon la belle-iloise  
**30 g** de farine  
**1/2** œuf  
**1/2 cuillère à soupe** de crème fleurette  
**35 g** de courgette  
**1/4 de paquet** de levure chimique  
**25 g** de fromage blanc  
Sel  
Poivre

## Les étapes

- 1- Tailler la courgette en brunoise (dés de 2 millimètres sur 2)
- 2- Dans un saladier, mélanger tous les ingrédients
- 3- Garnir les ramequins beurrés ou les mini-caissettes en papier sulfurisé
- 4- Cuire au four à 180°C (Th 6/7) entre 15 et 20 minutes pour des ramequins et entre 5 à 10 minutes pour des caissettes
- 5- Consommer plutôt chaud ou tiède