 **Rigolos au parmesan**

 **Pour 30 bouchées**

**- 3 œufs**
**- 75 g de farine
- 150 g de lait ½ écrémé
- ½ càc de sel fin
- 30 g de parmesan râpé
- olives noires
- Tomates séchées à l'huile**

**2 plaques d'empreintes de mini muffins en silicone
Chauffer le four à 210°C (chaleur tournante).**

Mélanger au batteur électrique dans un petit saladier, la farine, le lait, les œufs, le sel et le parmesan.
Lorsque l'appareil est bien lisse, le verser dans les empreintes.
Dénoyauter quelques olives et éponger sur du papier absorbant quelques lamelles de tomates séchées.
J'ai déposé ½ olive noire sur la moitié des bouchées et un morceau de tomate séchée sur l'autre moitié.
Vous pouvez aussi garnir d'un cube de gruyère, d'un filet d'anchois, d'aubergine confite...
Faire cuire pendant 15 minutes.