

## Αλμυρό κέικ καλαμποκιού με σπανάκι και τυρί

**Μερίδες:** 12 **Χρόνος προετοιμασίας:** 30 λεπτά **Χρόνος ψησίματος:** 40 λεπτά **Χρόνος αναμονής:** 2 ώρες & 10 λεπτά **Σκεύος:** μακρόστενη φόρμα κέικ μήκους 30 εκ.

### Υλικά:

- 1 κρεμμύδι, σε φέτες
- 200 γρ. σπανάκι, χοντροκομμένο
- 200 γρ. καλαμπόκι Εδεμ
- 150 γρ. καλαμποκάλευρο
- 180 γρ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις
- 1 κ.σ. ζάχαρη
- ½ κ.γ.αλάτι & έξτρα για τα λαχανικά
- 20 γρ. μπέικιν πάουντερ
- 250 ml φρέσκο γάλα ή φυτικό ρόφημα χωρίς ζάχαρη
- 80 ml ελαιόλαδο & 3 κ.σ. για το σπανάκι
- 1 αυγό
- 120 γρ. ημίσκληρο τριμμένο τυρί (που να λιώνει)

### ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

- 1) Σε βαθύ τηγάνι ζεσταίνουμε 3 κ.σ. ελαιόλαδο και σοτάρουμε το κρεμμύδι σε μέτρια φωτιά για 4-5 λεπτά.
- 2) Προσθέτουμε το σπανάκι, λίγο αλάτι και φρεσκοτριμμένο πιπέρι και σοτάρουμε για 4-5 λεπτά ακόμα, μέχρι να μαραθεί. Προσθέτουμε το καλαμπόκι Εδεμ (στραγγισμένο), σοτάρουμε για 1-2 λεπτά και αποσύρουμε από τη φωτιά. Αφήνουμε να κρυώσει.
- 3) Σε μπολ ανακατεύουμε το καλαμποκάλευρο, το αλεύρι για όλες τις χρήσεις, τη ζάχαρη, το αλάτι και το μπέικιν πάουντερ.
- 4) Σε άλλο μπολ ανακατεύουμε με σύρμα χειρός το γάλα (ή το φυτικό ρόφημα), το ελαιόλαδο και το αυγό, μέχρι να ενωθούν καλά.
- 5) Προσθέτουμε το μείγμα του καλαμποκάλευρου στο μείγμα του αυγού και ανακατεύουμε με σπάτουλα ζαχαροπλαστικής μέχρι να ενωθούν καλά τα στεγνά με τα υγρά.

6) Προσθέτουμε 100 γρ. Τριμμένο τυρί, ανακατεύουμε λίγο, συνεχίζουμε με τα σοταρισμένα λαχανικά και ανακατεύουμε με απαλές κινήσεις έτσι ώστε να πάνε σε όλο το μείγμα.

7) Ρίχνουμε το τελικό μείγμα σε λαδωμένη και περασμένη με λαδόκολλα μακρόστενη φόρμα και πασπαλίζουμε με το υπόλοιπο τυρί.

8) Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο, στους 180°C στον αέρα, για 40 λεπτά μέχρι να χρυσίσει η επιφάνειά του.

9) Όταν κρυώσει για 10 λεπτά, ξεφορμάρουμε προσεκτικά. Σερβίρουμε το καλαμποκόψωμο όταν θα έχει φτάσει θερμοκρασία δωματίου, τουλάχιστον 2 ώρες μετά.