



Muffins à la citrouille santé

DESSERTS - COLLATIONS - RECETTES



NOMBRE DE PORTION : 12

TEMPS DE PRÉPARATION : 10 MIN

TEMPS DE CUISSON : 25 MIN

TEMPS DE REPOS :

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ: FACILE

CONGÉLATION: OUI

Ingrédients

- 2 oeufs
- 1/2 tasse sucre
- 1/4 tasse d'huile végétale au choix (canola ou pépin de raisins)
- 1/2 tasse lait
- 2 tasses de purée de citrouille
- 2 tasses de farine
- 2 c.à thé de poudre à pâte
- 1 1/2 c. à thé cannelle
- 1 c. à thé gingembre
- 1 c. à thé de muscade en poudre
- 1 pincée de sel

Préparation

1. Préchauffer le four à 350 F.
2. Battre les oeufs et le sucre ensemble.
3. Ajouter l'huile, le lait et la purée de citrouille et bien mélanger. Réserver.
4. Dans un autre bol, mélanger tous les ingrédients secs.
5. Verser les ingrédients secs dans la préparation à la citrouille et mélanger le tout sans trop brasser.
6. Mettre dans 12 moules à muffins en papier, en silicone ou dans des moules graissées.
7. Enfourner pendant 25 à 30 minutes ou jusqu'à ce qu'un cure-dent en sort propre.