

C'EST BON À SE LÉCHER LES DOIGTS

DÉLICIEUX MUFFINS À LA BANANE ET NOIX



Transformez votre cuisine en fournil : allez chercher les moules et les ingrédients du meuble et réalisez ces muffins à la banane et noix, bons pour la santé !

INGRÉDIENTS

(Pour env. 6 à 8 muffins):

- » 375 g de farine
- » 375 g de farine complète
- » 60 g de cassonade
- » 125 g de noix hachées
- » 2 cuillères à café de levure chimique
- » 1 cuillère à café de cannelle
- » ½ cuillère à café de sel
- » 2 bananes (de taille moyenne)
- » 2 gros œufs
- » 250 ml de lait
- » 75 ml d'huile végétale

- 01.** Mélanger les farines, le sucre et les noix, ajouter la levure, la cannelle et le sel.
- 02.** Écraser les bananes dans un récipient avec les œufs, l'huile et le lait.
- 03.** Bien mélanger ensuite le tout jusqu'à l'obtention d'une pâte et la verser dans des moules à muffins légèrement graissés. Faire préchauffer le four avant d'enfourner à 200 °C pendant env. 15 à 20 minutes.
- 04.** Les sortir ensuite du four et laisser refroidir quelques minutes avant de déguster.

BON APPÉTIT !