



Muffins aux bananes et à la compote de pommes

Donne 12 muffins (1 par portion)

Temps de préparation : 10 minutes

Temps de cuisson : 15 à 20 minutes

Préchauffez le four à 200 °C (400 °F)

Allergènes courants : blé et œufs

Matériel :

- Bol moyen
- Cuillère à mélanger
- Grand bol
- Tasses et cuillères à mesurer
- Un moule à muffins (12), légèrement graissé ou recouvert de moules de papier

Ingrédients :

500 ml (2 tasses) de farine de blé entier

15 ml (1 c. à soupe) de poudre à pâte

5 ml (1 c. à thé) de bicarbonate de soude

2 ml (½ c. à thé) de sel

3 bananes mûres, écrasées (environ 1 ⅓ tasse)

1 œuf, légèrement battu

250 ml (1 tasse) de compote de pommes non sucrée

125 ml (½ tasse) de sucre

60 ml (¼ tasse) d'huile végétale



Préparation :

1. Dans un grand bol, combinez la farine, la poudre à pâte, le bicarbonate de soude et le sel.
2. Dans un bol moyen, combinez les bananes, l'œuf, la compote de pommes, le sucre et l'huile. Incorporez au mélange de farine en remuant sans trop mélanger.
3. Déposez la pâte dans les moules.
4. Faites cuire au four pendant 15 à 20 minutes, ou jusqu'à ce que le dessus des muffins soit ferme au toucher ou jusqu'à ce qu'un cure-dent inséré au centre du muffin en ressorte propre. Laissez refroidir dans les moules pendant 10 minutes, puis laissez refroidir complètement sur une grille.