



<http://cuisine-plaisirs.wifeo.com/>

. Muffins pomme - banane - orange .



Ingrédients pour 6 muffins :

- 1 banane et demie
- 1 orange
- 1 pomme
- 1 sachet de levure
- 100 ml de lait
- 150 g de farine
- 1 œuf
- 40 g de beurre
- 50 g de chocolat noir
- Cannelle
- Quelques amandes effilées
- Quelques écorces d'oranges confites

- Faire fondre le chocolat noir. Mixer séparément les fruits avec les arômes, réserver
- Retirer des zestes de l'orange, couper la chair à vif et mixer
- Couper en petits dés les écorces d'oranges confites et en lamelles les zestes
- Préchauffer le four th. 6-7
- Dans un premier saladier regrouper tous les éléments secs (la farine, la levure)
- Dans un second saladier regrouper tous les éléments liquides (le lait, l'œuf, le beurre)
- Verser le contenu du saladier « liquide » dans le saladier des ingrédients secs
- Mélanger, mais pas trop, la pâte doit être homogène
- Diviser la pâte dans 3 saladiers pour opérer la combinaison de plusieurs ingrédients
- Dans un saladier mélanger la banane et la cannelle, dans un autre la pomme et la cannelle
- Finir avec un saladier chocolat banane + amandes effilées et pulpe d'orange
- Verser les pâtes dans les trous des plaques à muffins au $\frac{3}{4}$
- Laisser cuire au four th. 6-7 pendant 30 minutes

Conseils : Utiliser du beurre pommade. Ne pas mettre trop d'ingrédients liquides (pulpe d'orange)

