



Muffin aux courgettes

Ingrédients :

375 ml (1½ tasse) de farine de blé entier
5 ml (1 c. à thé) de poudre à pâte
2 ml (½ c. à thé) de sel
7,5 ml (1½ c. à thé) de cardamome
125 ml (½ tasse) d'huile d'olive (pour qu'ils soient plu moelleux, on peut en mettre plus)
180 ml (¾ tasse) de sucre
60 ml (¼ tasse) de noix de Grenoble hachées
1 œuf
60 ml (¼ tasse) de lait
5 ml (1 c. à thé) de vanille
250 ml (1 tasse) de courgettes râpées

Préparation

1. Préchauffer le four à 180°C (350°F) et garnir beurre un moule à muffins.
2. Dans un bol, mélanger les ingrédients secs (selon la recette) : les différentes farines, les agents levants, les épices, le sucre (blanc ou cassonade) et les noix.
3. Dans un autre bol, battre l'œuf (ou les œufs).
4. Ajouter l'huile, le lait et la vanille. Ajouter aussi les courgettes râpées. Bien mélanger.
5. Répartir le mélange dans le moule à muffins et cuire pour 20 à 25 minutes ou jusqu'à ce qu'un cure-dent ressorte sec.

La recette provient du site internet : <http://www.juliaube.com/muffins-aux-courgettes/>

Il y a 2 autres recettes de muffin aux courgettes sur le site.