



# MUFFINS À LA POMME

Les recettes  
du Local



## **Les ingrédients**

100gr. de sucre blond

4c.s. d'huile végétale

2,5c.c. de poudre à lever

1/4c.c. de sel

4c.s. de crème

200ml de lait

230g de farine d'épeautre

1 pomme



1. Dans un saladier, mélanger le sucre et l'huile avec une fourchette.
2. Ajouter les autres ingrédients un par un, sauf la pomme, en mélangeant entre chaque ajout.
3. Éplucher la pomme et la couper en petits dés.
4. Disposer 12 moules en papier dans des moules à muffins et y répartir la pâte.
5. Cuire 20 à 25 minutes à 180°C.

