

MUFFINS À L'AVOINE, POMMES, ÉRABLE ET LAIT DE POULE

Ingrédients : pour environ 15 muffins

- 1 ¼ tasse (112 g) de flocons d'avoine à cuisson rapide
- 1 ½ tasse (375 ml) de lait de poule (ou du lait)
- 2 tasses (280 g) de farine tout usage
- 1 c. à soupe (15 ml) de poudre à pâte (levure chimique)
- ½ c. à thé (2 ml) de sel
- ¼ tasse (50 g) de sucre
- ½ tasse (125 ml) de sirop d'érable
- 1 œuf
- ¼ tasse (60 g) de beurre fondu
- 2 tasses (220 g) de pommes pelées ou non et coupées en petits dés (j'avais des Cortland)

Garniture

- 1-2 c. à soupe (15-30 ml) de sirop d'érable

Préparation :

1. Préchauffer le four à 400 °F (200 °C). Beurrer légèrement un moule à muffins antiadhésif ou le garnir de moules en papier.
2. Dans un bol, mélanger les flocons d'avoine et le lait de poule ; laisser reposer 5 min.
3. Dans un autre grand bol, mélanger la farine, la poudre à pâte et le sel. Incorporer en fouettant le sucre, le sirop d'érable, l'œuf, et le beurre dans le mélange de lait. Verser sur les ingrédients secs et parsemer de pommes. Remuer juste assez pour humecter la pâte.
4. Déposer la pâte à la cuillère dans le moule à muffins préparé. Faire cuire environ 22 min ou jusqu'à ce que le dessus soit ferme au toucher. Laisser tiédir dans le moule pendant 10 min. Démouler sur une grille.
5. **Garniture :** badigeonner de sirop d'érable le dessus des muffins tièdes. Laisser refroidir complètement.

Conseil : choisir préférablement des pommes acides qui conservent leur forme à la cuisson, comme la Granny Smith, la Northern Spy, la Cortland ou la Crispin (Mutsu).

Source : déclinaison Les producteurs laitiers du Canada

<https://producteurslaitiersducanada.ca/fr>

« La fille de l'anse aux coques » Maripel, le vendredi 7 janvier 2022

<https://lafilledelanseauxcoques.blogspot.com/2022/01/muffins-lavoine-pommes-erable-et-lait.html>