

Muffins aux bananes, avocats et pépites de chocolat

Bedon Gourmand

Ingrédients

Mélange #1

- 1 banane en purée
- 2 avocats bien mûrs en purée
- 2 œufs
- 1/3 tasse de sirop d'érable
- 1/3 tasse de beurre ou margarine

Mélange #2

- 2 tasses de farine
- 1 tasse de gruau
- 2 c. à soupe de graines de lin
- 3 c. à thé de poudre à pâte
- 1 c. à thé de bicarbonate de soude
- 1 tasse de pépites de chocolat

Mélange #3

- 3/4 tasse de lait avec 1 c à soupe de vinaigre

Préparation

1. Bien mélanger les ingrédients du mélange #1 à la mixette.
2. Ajouter le mélange #2 et le mélange #3 et bien mélanger.
3. Déposer dans des moules à muffins.
4. Cuire dans un four préchauffé à 350F pendant environ 25 minutes sur la grille du centre.

Portion: 12 muffins

Source: [Les douceurs de Genny](#)