

Recette Muffins à l'orange et aux bleuets

Auteur : [victory04](#)

Date de publication : 2008-12-17



Photo : Victory04

Temps de préparation : **10 min**

Temps de cuisson : **20 min**

Temps total : **30 min**

Portions : **9**

INGRÉDIENTS

3/4 tasse cassonade légèrement tassée
3/4 tasse flocons d'avoine
2/3 tasse farine de blé entier
1/2 tasse farine tout usage
1 c. à table poudre à pâte
1/4 c. à thé sel
1/4 c. à thé sucre à la cannelle
1 zeste d'orange
1 tasse lait
1/4 tasse huile végétale
1 oeuf
1 tasse bleuets

PRÉPARATION

ÉTAPE 1

Dans un bol, mélanger les farines, la poudre à pâte, le sel puis ajouter le sucre à la cannelle et les flocons d'avoine.

ÉTAPE 2

Dans un grand bol, battre à l'aide d'un fouet la cassonade, l'huile végétale, le lait et l'oeuf.

ÉTAPE 3

À l'aide d'une spatule, ajouter les ingrédients secs aux ingrédients liquides, puis incorporer délicatement le zeste d'orange et les bleuets. Ne pas trop mélanger la pâte.

ÉTAPE 4

Répartir la pâte dans des moules à muffins préalablement graissés (Pam)
et cuire 20 minutes à 400 °F.

COMMENTAIRE DE L'AUTEUR

Excellent pour la congélation.