

recette sucrée

MUFFINS POMMES-CANNELLE, CRUMBLE DE FLOCONS D'AVOINE

⌚ 15 minutes

🕒 30 minutes

🍷 10 muffins

Ingredients

Pour les muffins

100 g de farine de riz
50 g d'arrow-root (ou de maïzena)
50 g de noisettes réduites en poudre
1 cc. de bicarbonate de soude
1 cc. de cannelle
50 g de sucre rapadura
80 g de margarine végétale
1 oeuf
30 ml de miel liquide
150 ml de lait (ici, du lait végétal d'épeautre)
2 pommes

Pour le crumble

50 g de flocons d'avoine
25 g de sucre de coco
5 g de sucre vanillé
30 g d'huile de noisette

Préparation

Commencer par préparer le crumble. Dans un saladier, réunir l'ensemble des ingrédients et mélanger avec les mains (si, si !) ou à l'aide d'une spatule en bois. Bien imprégner les flocons de sucre et d'huile. Réserver.

Dans le bol d'un robot, ou dans un autre saladier, fouetter le sucre avec l'oeuf. Ajouter ensuite le miel, le lait et la margarine. Mélanger jusqu'à obtenir une préparation liquide et mousseuse.

Réunir la farine de riz, l'arrow-root et les noisettes réduites en poudre avec le mélange liquide. Ajouter le bicarbonate et la cannelle. Mélanger au fouet pour obtenir une préparation bien homogène.

Préchauffer le four à 180 degrés.

Si désiré, éplucher les pommes, mais ce n'est pas nécessaire. Découper les pommes en dés et les incorporer délicatement au reste de la préparation.

Répartir la pâte dans un moule à muffins. Pour plus de facilité, je conseille de verser 2 cuillères à soupe de pâte dans chaque ramequin. Recouvrir ensuite du crumble. Autre astuce : verser 2 cuillères à café de crumble sur chaque ramequin rempli.

Enfourner pour 30 minutes. Une fois le temps écoulé, laisser tiédir avant de démouler délicatement... et de déguster !

