

## 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 !

