Muffins à la carotte et à l'orange

Dessert

Note : 1

Portions :8 parts

Difficulté : 1

Temps de préparation :25 min

Temps de cuisson/repos :35 min

Calories par portion : 285.625 Kcal

Charge glycémique par portion: 39.371

Les ingrédients

- 400.0 gr Sucre
- 500.0 gr Carotte
- 4.0 cs Farine de blé
- 4.0 u Oeuf
- 1.0 u Sachet levure chimique
- 1.0 cc Cannelle
- 1.0 u Orange

Mettre le four à préchauffer à 160ºC (thermostat 5-6).

Préparation des carottes
Éplucher les carottes et les faire cuire à la vapeur pendant 10 minutes. Bien égoutter, les réduire en purée et laisser refroidir.
Râper l'orange pour en extraire le zeste.

Préparation de l'appareil
Battre les oeufs en omelette, ajouter le sucre, puis la purée de carotte totalement froide. Ajouter ensuite le reste des ingrédients: farine, zeste d'orange, levure, cannelle, bien mélanger. Vous devez obtenir un pâte bien lisse.
Laisser reposer une quinzaine de minutes.
Bien beurrer et fariner des moules à (petites) madeleines, ou à (mini) cannelés (ou autres petits gâteaux).
Conseil: Attention la pâte est très collante (beaucoup de sucre) donc n'hésiter pas à bien beurrer et fariner vos moules.

Répartir la préparation dans les moules sans les remplir jusqu'en haut.

Cuisson
Enfourner pendant 30 à 40 minutes en surveillant bien la cuisson pour qu'ils ne brûlent pas. Laisser refroidir avant de démouler.

Présentation
A proposer au café ou au goûter.