

# 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 160°C (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.