

Muffins aux abricots

Dessert



Note : 1

Portions :5 parts

Difficulté : 1

Temps de préparation :15 min

Temps de cuisson/repos :20 min

Calories par portion : 278.2 Kcal

Charge glycémique par portion: 40.829

Les ingrédients

- 1.0 u Sachet levure chimique
- 1.0 cs Son d'avoine
- 1.0 p Sel
- 1.0 cs Miel
- 1.0 u Oeuf
- 20.0 cl lait demi écrémé
- 50.0 gr Sucre roux
- 200.0 gr Abricot
- 250.0 gr Farine de blé

Pour 10 pièces

Préchauffer le four à 180°C

Utiliser un moule en silicone pour muffin.

Préparation de l'appareil

Dans un saladier, mélangez : la farine, la levure, et le sel. Puis incorporer le sucre. Dans un bol, mélangez: l'oeuf, le miel et le lait. Mélangez le tout avec la farine. Puis incorporer les morceaux de fruits.

Cuisson

Remplir le moule à silicone et laissez cuire 20 min au four jusqu'à ce que les muffins soient gonflés et légèrement dorés.

Présentation

Retire du four et laisser refroidir dans le moule.
Servir chaud ou froid.