

Pour 12 beaux muffins

- 2 1/2 tasses (350 grammes) de farine
- 3/4 de tasse (150 grammes) de sucre
- 2 cuillères à café de levure chimique
- 1/4 de cuillères à café de bicarbonate
- 1/4 de cuillères à café de sel
- 1 zeste d'orange (*pas mis*)
- 1 gros œuf, légèrement battu
- 3/4 de tasse (180 ml) de babeurre (lait fermenté/ribot)
- 2/3 de tasse (160 ml) d'huile de colza
- 1 cuillères à café d'extrait de vanille
- 2 tasses de blueberries (myrtilles) fraîches ou congelées

--> Mélanger les ingrédients secs d'une part (bol 1) et humides (fruits compris) d'autre part (bol 2), incorporer le bol 2 au bol 1 et mélanger très brièvement.

Remplir des empreintes à muffins et cuire 20mn à 190°C.

Les Nectars de Maya



Bon appétit !!

