

## Mini muffins allégés citron-fruits rouges, à la farine complète



(pour 6 normaux ou 12 minis)

*1/2 citron*  
*1/4 tasse de sucre*  
*1/2 tasse de lait ribot écrémé*  
*1/6 tasse d'huile*  
*1 œuf*  
*1/2 cc d'extrait de vanille*  
*1/2 tasse de farine complète*  
*1/2 tasse de farine*  
*1 cc de levure*  
*1/2 cc de bicarbonate de soude*  
*1 pincée de sel*  
*3/4 tasse de fruits rouges frais ou congelés*

Préchauffez le four à 205 °C.

Graissez des moules à muffins, à moins qu'ils soient en silicone, ou déposez des caissettes en papier dans les alvéoles.

Mélangez le zeste de citron avec le sucre. Ajoutez le lait ribot, l'huile, l'œuf et la vanille. Mélangez bien. Ajoutez les farines, la levure, le bicarbonate et le sel et mélangez jusqu'à ce que les ingrédients soient à peine combinés. Ajoutez les fruits rouges délicatement. Répartissez la pâte dans les moules et faites cuire les muffins jusqu'à ce que les bords et le dessus soient dorés, environ 10/15 minutes pour des minis et 20/25 minutes pour des normaux. Laissez refroidir 5 minutes avant de démouler.