

Canevas

de muffins sucrés

Composez votre propre recette; sélectionnez les éléments de votre choix dans chaque catégorie, puis ajoutez l'ensemble des ingrédients indispensables à la recette notés dans l'encadré pointillé.



FARINE

1 ½ tasse

- Tout usage
- Blé entier



FRUITS

1 tasse

- Mangue fraîche en dés
- Fraises congelées
- Canneberges séchées



CORPS GRAS

½ tasse

- Beurre fondu
- Huile de canola
- Huile de noix de coco fondue



2 GARNITURES

½ tasse

- Noix de Grenoble hachées
- Canneberges séchées
- Carottes râpées
- Raisins secs
- Pépites de chocolat



LAIT/JUS

¾ tasse

- Lait de vache
- Jus de carottes
- Lait d'avoine



GLUCOSE

1 tasse

- Cassonade
- Purée de dattes
- Sucre blanc

INDISPENSABLES

- 2 oeufs
- 1 c. à soupe de poudre à pâte
- ¼ c. à thé de bicarbonate de soude