



PETITS MUFFINS AU CITRON

Vegan - sans gluten

| TEMPS DE PRÉPARATION | TEMPS DE CUISSON | QUANTITÉ | SAISON |
|----------------------|------------------|------------|-----------|
| 10 minutes | 30 minutes | 10 muffins | À l'année |

CATÉGORIE

Desserts & boissons

INGRÉDIENTS

130 gr de yaourt de coco
1 citron bio (zeste + jus)
40 gr d'huile de coco fondue
40 gr de lait végétal (ici amande)
1 c. à café d'extrait de vanille
100 gr de sucre complet (rapadura/muscovado)
90 gr de poudre d'amande
100 gr de farine de riz complet
1 c. à café de poudre à lever
1/2 c. à café de bicarbonate
1 c. à café graines pavot

PRÉPARATION

Pour cette recette, j'ai utilisé des petits moules individuels en silicone pour muffins.

Pour commencer, mélange tous les ingrédients humides ensemble avec le zeste de citron. Puis ajoute le sucre et mélange bien pour qu'il ait le temps de bien fondre dans la préparation.

Ensuite, ajoute la farine de riz, la poudre d'amande et les graines de pavot (préalablement mélangés ensemble). Et enfin, la levure & le bicarbonate. C'est la réaction chimique de l'acide (jus de citron) avec le bicarbonate qui va permettre à la pâte de lever et d'être aérienne.

Il faut verser dans les moules & enfourner tout de suite parce que la levure et le bicarbonate commencent à agir dès qu'ils rentrent au contact de la pâte. Et comme c'est végane & sans gluten, il ne faut pas traîner !

Au four pendant environ 25 à 30 min à 180 degrés. Après ça peut changer selon ton four & la taille de ton/tes moule(s). Donc commence à surveiller tes gâteaux au bout de 20 min de cuisson.

À SAVOIR

Comme il n'y a pas de gluten dans cette pâte, il n'y a pas de risque de trop mélanger la pâte.

Stu n'as pas de sucre complet, utilise du sucre de coco ou le sucre en poudre que tu as à ta disposition chez toi.