



Muffins au beurre de cacahuète maison

Niveau de difficulté : facile

Temps de préparation : 30 minutes

Temps de cuisson : 25 minutes

Recette pour 12 muffins

Ingrédients

- 125 g de cacahuètes non salées
- Sel
- 1 c. à c. de sirop d'agave
- 1 à 2 c. à s. d'huile d'arachide Bio Planète
- 200 g de farine de blé
- 50 g de flocons d'avoine
- 2 c. à c. de levure chimique
- 100 ml de sirop d'érable
- 100 ml de lait
- 1 œuf

1. Préchauffez le four à 180 °C.
2. Torréfiez les cacahuètes dans une poêle antiadhésive sans matière grasse, laissez refroidir.
3. Passez-les au robot avec un peu de sel et le sirop d'agave.

4. Ajoutez l'huile d'arachide Bio Planète en laissant le robot tourner jusqu'à obtenir un mélange crémeux. Le beurre de cacahuète est prêt.
5. Mélangez la farine, les flocons d'avoine, la levure chimique et le sel.
6. Dans un deuxième saladier, mélangez au fouet le beurre de cacahuète, le sirop d'érable, le lait, l'œuf jusqu'à obtenir un mélange lisse. Incorporez le mélange précédent petit à petit, tout en mélangeant.
7. Versez la pâte dans les moules à muffins préalablement graissés et enfournez 20 à 25 min.