

Les muffins chocolat / poire

Ingrédients pour 10 muffins :

- 2 œufs
- 2 poires bien mûres ou 200 g de poire au sirop égouttées
- 250 g de farine semi-complète
- 100g de skyr
- 1 sachet de levure chimique
- 200 g de compote de pomme sans sucres ajoutés ou faite maison (2 pommes)
- 100 g de pépites de chocolat
- Papier cuisson



Recette :

- 1/ Battre les deux œufs, ajouter la compote et le skyr.
- 2/ Bien battre le mélange jusqu'à blanchissement de la pâte.
- 3/ Ajouter la farine et le sachet de levure chimique. Bien mélanger.
- 4/ Découper en petits cubes les poires et les incorporer au mélange.
- 5/ Ajouter les pépites de chocolat. Remuer. Préchauffer le four à 150°.
- 6/ Découper 10 carrés de papier cuisson d'une dimension de 15 cm x 15 cm. Utiliser ces carrés pour former des caissettes dans le moule à muffins. Déposer la pâte à l'intérieur à hauteur du moule.
- 7/ Placer au four 20 minutes à 180°.

Retrouver la vidéo sur www.diet-and-coach.fr

Bonne dégustation !!!