



MUFFINS VEGETALIENS BANANES ET PEPITES DE CHOCOLAT

Ingrédients pour environ 10 petits muffins :

- 250g de farine
- 200g de sucre
- 4 bananes
- 1/3 de tasse d'huile
- $\frac{1}{4}$ de tasse d'eau
- 1 $\frac{1}{2}$ cuillère à café de bicarbonate de soude
- 1 pincée de sel
- 1 cuillère à café d'extrait de vanille (facultatif)
- 1 carreau de chocolat noir par muffin (environ 50g de chocolat au total)

Écrasez les bananes à l'aide d'une fourchette avec l'eau, l'huile et le sucre puis rajoutez le reste des ingrédients sauf le chocolat.

Mettre cette préparation dans les moules à muffins puis couper chaque carreau de chocolat en petits morceaux et les ajouter dans chaque muffins (un carreau par muffin).

Mettre au four à 180° (thermostat 6) pendant 30 minutes.



MUFFINS VEGETALIENS BANANES ET PEPITES DE CHOCOLAT

Ingrédients pour environ 10 petits muffins :

- 250g de farine
- 200g de sucre
- 4 bananes
- 1/3 de tasse d'huile
- $\frac{1}{4}$ de tasse d'eau
- 1 $\frac{1}{2}$ cuillère à café de bicarbonate de soude
- 1 pincée de sel
- 1 cuillère à café d'extrait de vanille (facultatif)
- 1 carreau de chocolat noir par muffin (environ 50g de chocolat au total)

Écrasez les bananes à l'aide d'une fourchette avec l'eau, l'huile et le sucre puis rajoutez le reste des ingrédients sauf le chocolat.

Mettre cette préparation dans les moules à muffins puis couper chaque carreau de chocolat en petits morceaux et les ajouter dans chaque muffins (un carreau par muffin).

Mettre au four à 180° (thermostat 6) pendant 30 minutes.