



MUFFINS CROQ'MOELLEUX AUX NOIX

— Châtaigne, Figues Séchées & Fève Tonka —

. Pour 8 beaux muffins .

- . Farine de châtaigne / 60g
- . Farine de riz semi-complète / 30g
- . Fécule de pomme de terre / 30g
- . Cerneaux de noix / 60g
- . Sucre de canne complet / 30g
- . Crème de châtaigne* / 150g
- . Lait de soja nature / 100ml
- . Vinaigre de cidre / 1 càc
- . Huile de coco vierge / 30g
- . Figues séchées / 100g
- . Bicarbonate alimentaire / 1 quart de càc
- . Fève Tonka / 1 càc rase (une fois réduite en poudre)
- . Pincée de sel

*J'utilise la crème de châtaigne de chez Sol'Alter, à la composition irréprochable (58% châtaigne – 42% sucre de canne complet). Ajustez éventuellement la quantité de sucre en fonction de la crème de châtaigne que vous utilisez.

Topping Croquant :

- . Cerneaux de noix / 25g
- . Flocons de châtaigne toastés / 25g
- . Sirop d'érable / 25g
- . Pincée de sel

- . Préchauffez votre four à 180°C (th. 6).
- . Râpez une/des fève(s) Tonka pour recueillir l'équivalent d'une cuillère à café de poudre.
- . Versez les noix dans le bol de votre robot mixeur et mixez juste le temps qu'elles soient concassées.
- . Ajoutez les farines, la fécule, le sucre, le bicarbonate, la fève Tonka et le sel. Mixez brièvement une deuxième fois.
- . Faites fondre l'huile de coco (elle doit être liquide) et ajoutez-la au mélange sec. Mixez encore une fois, juste le temps de bien homogénéiser le tout.
- . Versez ce mélange poudreux dans un saladier.
- . Dans un grand bol, mélangez vivement le lait de soja avec la crème de châtaigne et le vinaigre de cidre pour obtenir une crème parfaitement lisse.
- . Rincez les figues séchées sous l'eau tiède puis coupez-les en petits morceaux.
- . Versez les morceaux de figue dans la préparation lait/crème de châtaigne/vinaigre et mélangez le tout. Cette petite astuce permet de bien détacher les morceaux de figues les uns des autres, qui ont tendance à s'agglomérer entre eux.
- . Versez cette préparation liquide dans le mélange sec préparé plus tôt. Remuez grossièrement l'ensemble à l'aide d'une spatule. Faites en sorte d'enrober la pâte avec la spatule, pour l'aérer au maximum et ne pas trop la travailler. Dès que le mélange est homogène, n'insistez pas plus longtemps.
- . Versez la pâte obtenue dans des moules à muffins, que vous remplissez jusqu'aux deux tiers environ.

Topping Croquant :

- . Concassez grossièrement les noix et les flocons de châtaigne (manuellement, ou au robot pour aller plus vite) puis versez-les dans une coupelle.

Suite au verso >



MUFFINS CROQ'MOELLEUX AUX NOIX

— *Châtaigne, Figues Séchées & Fève Tonka* —

. Pour 8 beaux muffins .

- . Farine de châtaigne / 60g
- . Farine de riz semi-complète / 30g
- . Féculé de pomme de terre / 30g
- . Cerneaux de noix / 60g
- . Sucre de canne complet / 30g
- . Crème de châtaigne* / 150g
- . Lait de soja nature / 100ml
- . Vinaigre de cidre / 1 càc
- . Huile de coco vierge / 30g
- . Figues séchées / 100g
- . Bicarbonate alimentaire / 1 quart de càc
- . Fève Tonka / 1 càc rase (une fois réduite en poudre)
- . Pincée de sel

*J'utilise la crème de châtaigne de chez Sol'Alter, à la composition irréprochable (58% châtaigne – 42% sucre de canne complet). Ajustez éventuellement la quantité de sucre en fonction de la crème de châtaigne que vous utilisez.

Topping Croquant :

- . Cerneaux de noix / 25g
- . Flocons de châtaigne toastés / 25g
- . Sirop d'érable / 25g
- . Pincée de sel

. Ajoutez-y le sirop d'érable et la pincée de sel puis remuez le tout, jusqu'à obtenir un mélange homogène.

. Parsemez joliment ce topping sur le dessus de la pâte à muffins, en essayant de bien le répartir un peu partout.

. Enfournez à mi-hauteur pour 20 à 25 minutes environ, selon la puissance de votre four.

. Une fois sortis du four, laissez tiédir vos muffins quelques instants avant de les déguster.

. Encore tièdes, c'est vraiment là qu'ils sont au meilleur de leur forme ! Mais ils seront toujours délicieux une fois refroidis...

