

Mini Muffin Avoine Figue & pécan

Une recette simple pour le petit déjeuner. Du réconfort à chaque bouchée. Alors on n'hésite plus.

Ingrédients (12 mini muffins) : 80g de flocon d'avoine – 17G de lait concentré non sucré demi-écrémé – 1 oeuf bio – 50g de sucre – 50g de beurre doux – 4g d'extrait de vanille liquide – 110g de farine de blé bio – 2g de levure chimique – 2g de cannelle – 4 figes moelleuses – 2g de sel – 12 noix de pécan.

Faites préchauffer votre four à 190°C.

Dans une jatte, faites votre mélange sec :

Mélangez la farine et la cannelle, le tout tamisé.

Ajoutez la levure et le sel. Réservez.

Dans une autre jatte, faites votre mélange liquide :

Faites gonfler l'avoine avec le lait concentré.

A côté, fouettez l'oeuf avec le sucre. Ajoutez ensuite la vanille.

Faites fondre votre beurre et laissez tiédir.

Tout mélanger avec l'avoine gonflé.

Coupez vos figes en petits dés.

Faites un puis dans votre mélange sec. Versez le mélange

humide. Et fouettez.

A mi-parcours, ajoutez les figues.

Répartissez des caissettes en papier dans votre plaque à muffins (12 alvéoles), et versez au 3/4 de la pâte à muffin. Ajoutez une noix de pécan sur chaque muffin.

Enfournez pendant 17min.

Sortez votre plaque, et laissez refroidir vos muffins sur une grille.