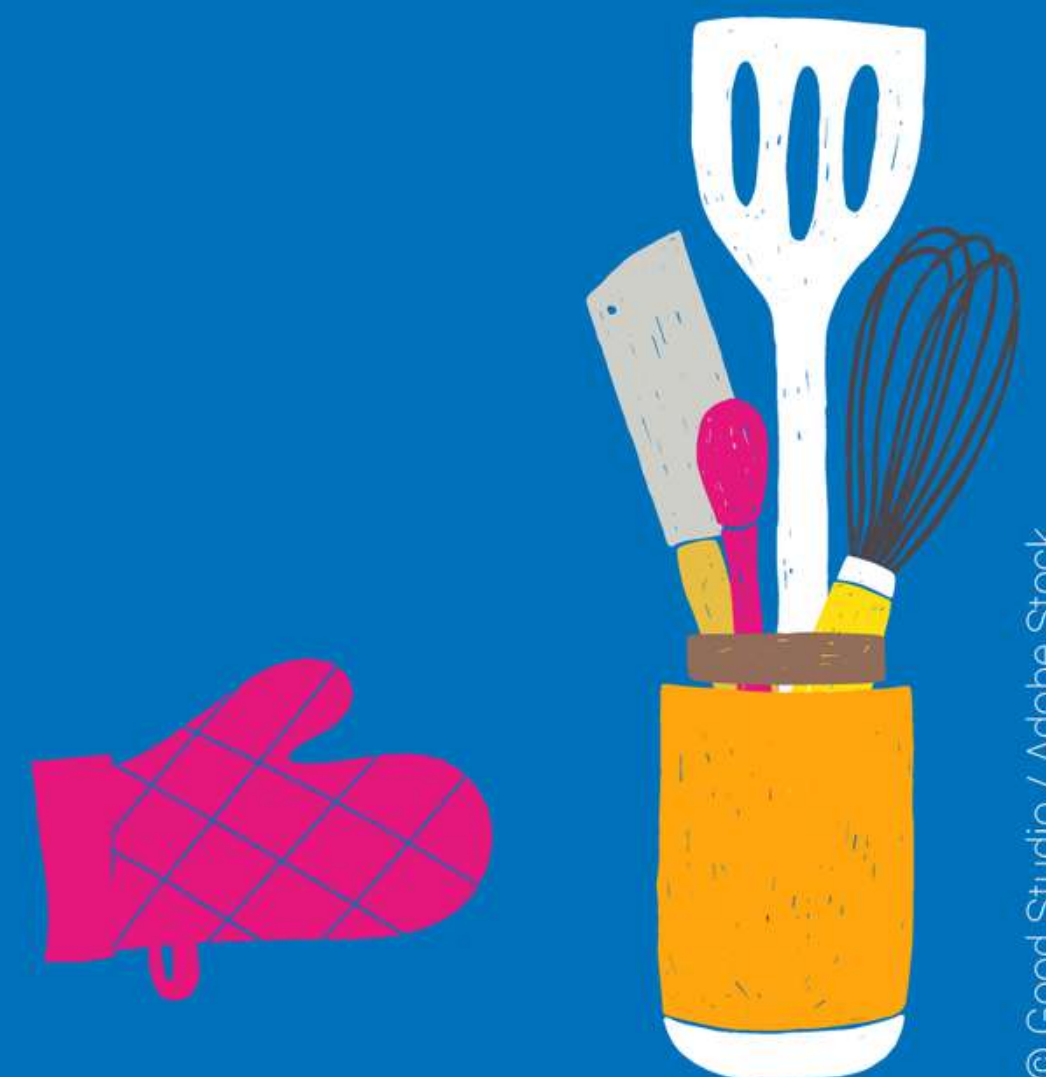


les recettes de l'envol

Les Muffins moelleux Choco-Coco de Ludivine



avant de commencer...

on n'oublie pas d'enfiler un tablier
et de bien se laver les mains !



ingrédients

- 200g de chocolat noir
- 50g de farine de blé et 50g de noix de coco râpée
- OU** 100g de farine de coco
- 80g de sucre de canne
- 3 œufs
- 125g de beurre
- OU** 160ml d'huile de coco
- 1 sachet de levure chimique
- 1 pincée de sel



Pour le petit déjeuner ou les petits creux...

Préparation : 30min / Cuisson : environ 15min
Préparation pour 12 muffins (2 versions)

étape 1



- Préchauffer le four à 170°C
- Faire fondre le chocolat dans une casserole à feu doux ou au bain-marie

étape 3



- Ajouter le beurre (ou l'huile de coco fondue) au chocolat fondu
- Puis ajouter les 3 œufs un par un, en battant vivement après chaque ajout



étape 2



- Pendant ce temps, mélanger la farine, (la noix de coco râpée), le sucre, la levure et le sel
- Mettre de côté

étape 4



- Ajouter le chocolat fondu aux ingrédients secs
- Bien mélanger



étape 4



- Verser la préparation dans les moules au $\frac{3}{4}$
- Faire cuire entre 12 et 15 minutes selon si l'on souhaite des muffins fondants ou moelleux



étape 5



- Laisser refroidir
- Et déguster (avec un petit verre de jus d'orange ou du thé) !

Envoie-nous une photo de tes muffins à communication@lenvol.asso.fr
Bonne dégustation !

ludivine