



Cakes salés

# Muffins provençaux



**40 min** **20 min** **20 min**      **0**      **298**  
TEMPS TOTAL   PRÉPARATION   CUISSON      REPOS      CALORIES

Ingrédients  
pour 4 personnes

## Pâte à muffins

200 g **Farine**  
10 g **Levure chimique**  
2 unité(s) entière(s)  
**Oeuf(s) entier(s)**  
10 cl **Lait demi-écrémé**  
1 **Sel**

## Ratatouille

40 g **Tomate(s)**  
40 g **Aubergine**  
20 g **Oignon(s)**  
40 g **Courgette**  
2 c. à soupe **Huile d'olive**  
1 **Sel**  
1 **Poivre**

## Étape 1

Réalisation de la ratatouille

- 1 Eplucher et hacher l'oignon.
- 2 Laver, sécher puis couper en petits cubes les aubergines et les courgettes. Ne pas les mélanger.
- 3 Monder les tomates. Les couper en cubes.
- 4 Mettre une poêle à feu moyen, ajouter l'huile et quand elle est chaude ajouter l'oignon.
- 5 Laisser l'oignon jusqu'à ce qu'il devienne transparent et commence à dorer.
- 6 Ajouter l'aubergine et poursuivre la cuisson pendant 3 minutes en remuant bien.
- 7 Ajouter les courgettes puis les tomates, saler et poivrer, remuer et poursuivre la cuisson 3 nouvelles minutes.
- 8 Prolonger la cuisson quelques minutes si les légumes sont encore trop croquants. Quand on réalise un plat avec plusieurs légumes et qu'ils ont des temps de cuisson différents, il vaut mieux les cuire séparément afin de préserver le goût et le caractère de chacun.

## Étape 2

Réalisation de la pâte

- 1 Verser dans un saladier l'ensemble des ingrédients de la pâte à muffins. Ajouter une pincée de sel et mélanger le tout.

### **Étape 3**

#### Cuisson et dressage

- 1 Ajouter les légumes à la pâte et répartir le tout dans les moules.
- 2 Enfourner dans un four préchauffé à 180°C (Th.6) pendant environ 20 minutes. Servir chaud, tiède ou froid.