



Cakes salés

# Muffins au maïs



50 min 15 min 25 min 10 min 246

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

## Étape 1

Préparation de la pâte à muffins

- 1 Préchauffer le four à 200°C (Th. 6-7). Disposer les caissettes en papier dans les moules à muffins. Réserver.
- 2 Dans un saladier de taille moyenne, mélanger la farine, la farine de maïs, le sucre, la levure et le sel à l'aide d'une cuillère en bois.
- 3 Dans un autre saladier, fouetter l'oeuf, le lait et l'huile.
- 4 Verser la préparation à l'oeuf dans le saladier des ingrédients secs. Ajouter le maïs et mélanger délicatement à l'aide d'une cuillère en bois jusqu'à ce que la préparation soit bien humide. Ne pas trop mélanger.
- 5 A l'aide d'une cuillère à soupe, répartir l'appareil dans les caissettes en papier en laissant 1 cm sur le dessus, les muffins vont gonfler à la cuisson.

## Étape 2

Cuisson des muffins

- 1 Enfourner la plaque de muffins le plus haut possible dans le four. Laisser cuire pendant 25 min., jusqu'à ce que les muffins soient dorés sur le dessus.

Ingrédients  
pour 8 personnes

### Ingrédients pour les muffins

160 g **Farine**  
90 g **Farine**  
50 g **Sucre semoule**  
0.5 sachet(s) **Levure chimique**  
1 **Sel**  
250 ml **Lait écrémé**  
8 cl **Huile de tournesol**  
1 unité(s) entière(s) **Oeuf(s) entier(s)**  
80 g **Grains de maïs**

### Ingrédients pour le dressage

1 **Miel**  
1 **Beurre**

- 2 Une fois que les muffins sont cuits, les retirer du four et laisser refroidir pendant 5 à 10 min.

### **Étape 3**

#### Dressage

- 1 Servir chauds avec une pointe de beurre et de miel sur le dessus.