

Muffins courgette, chèvre et graines de courge

Ingrédients

Pour 6 personnes

180 g de farine

50 g de noisettes en poudre

1/2 sachet de levure chimique

100 g de chair de courgette

50 g de chèvre en bûche

2 œufs

8 cl de lait écrémé

5 cl de crème liquide légère

Sel & poivre

Graines de courge

Déroulement

Préchauffer le four à 180 °C.

Dans un saladier, mélanger la farine avec la poudre de noisette, le sel, la levure chimique et le poivre.

Laver et peler la courgette 1 bande sur 2, puis la râper ou la détailler en petits morceaux

Dans un récipient, battre les œufs puis incorporer la crème, le lait et la chair de la courgette.

Verser la préparation liquide dans les ingrédients secs et mélanger jusqu'à obtenir une pâte homogène puis ajouter le chèvre émietté.

Verser la préparation dans des moules à muffins préalablement beurrés puis parsemer chaque portion de graines de courge et enfourner pour 30 minutes de cuisson.

Une fois cuits et tiédis, démouler les muffins à la courgette et au chèvre puis les laisser refroidir sur une grille.