



MUFFINS AU SON ET AUX CAROTTES



Produit : Céréales Kellogg's All-Bran Original®

Format : 6 x 1,6 kg

Code de commande : 17904 (000 64100 00948 6)

Temps de préparation : 40 minutes

Méthode de cuisson : Mélanger et cuire au four

Ustensile de service : Pinces

Présentation suggérée : Servir au petit déjeuner avec du beurre, au dîner avec une assiette à salade ou comme collation. Jumeler à du yogourt ou du beurre de noix pour en faire une collation parfaite.

Donne : 24 portions

Portion : Chacune (92 g / 3,2 oz)

Ingédients :

Valeur nutritive	
Calories	190 kcal
Protéines	6 g
Cholestérol	20 mg
Total des lipides	6 g
Gras saturés	1 g
Gras trans	0,03 g
Glucides	32 g
Fibres alimentaires	4 g
Sucres totaux	12 g
Sodium	260 mg
Potassium	250 mg
Calcium	125 mg
Fer	2,5 mg
Vitamine A	0,13 mg
Vitamine C	1,27 mg

Étapes	Ingédients	24 portions	
		Métrique	Impérial
1	Farine tout usage	400 g	14 oz
1	Poudre à pâte	15 g	0,5 oz
1	Bicarbonate de sodium	11 g	0,4 oz
1	Cannelle	10 ml	2 c. à thé
1	Muscade moulue	5 ml	1 c. à thé
2	Céréales Kellogg's All-Bran Original®	216 g	7,6 oz
2	Lait 2 %	750 ml	3 tasses
3	Huile végétale	125 ml	½ tasse
3	Cassonade	105 g	3,7 oz
3	Oeufs liquides ou gros oeufs	105 ml ou 2 de chaque	1/3 tasse + 5 c. à thé
4	Carottes, râpées avec la peau	300 g	10,5 oz
4	Raisins secs	150 g	5,3 oz



MUFFINS AU SON ET AUX CAROTTES

Étapes de préparation :

Se laver les mains avant, pendant et après la préparation. Nettoyer et désinfecter les surfaces et l'équipement.

1. Préchauffer le four à convection à 190°C / 375°F. Dans un grand bol, mélanger la farine, la poudre à pâte, le bicarbonate de sodium, la cannelle et la muscade. Réserver.
2. Dans un bol de mélangeur de comptoir ou de plancher, verser les **céréales Kellogg's All-Bran Original®** et le lait. Laisser reposer 4 minutes ou jusqu'à ce que les céréales ramollissent.
3. Ajouter l'huile, la cassonade et les oeufs liquides. Bien battre.
4. Laver les carottes, couper les extrémités et râper avec la peau. Incorporer les carottes et les raisins secs au mélange d'oeufs. Ajouter le mélange de farine en remuant juste assez pour incorporer.
5. Répartir la pâte à l'aide d'une cuillère portion numéro 10 dans un moule à muffins légèrement vaporisé d'un enduit végétal ou tapissé de coupelles de papier.
6. Faire cuire au four pendant environ 18 minutes ou jusqu'à ce que les muffins soient fermes au toucher. Laisser refroidir dans le moule, puis transférer les muffins préparés dans un contenant ou un emballage hermétique.

REMARQUE : Refroidir et conserver le produit couvert à température ambiante; éviter de le conserver pendant plus de 2 jours ou dans des environnements chauds et humides, car cela pourrait favoriser la formation de moisissures.

PCC – Maintenir à une température inférieure à 4 °C / 40°F.

Nous vous rappelons qu'il est important de vérifier la présence d'allergènes et de lire les étiquettes des produits emballés. La création de cette recette est basée sur la suggestion d'utiliser des produits de céréales Kellogg's®. L'utilisation de produits d'autres marques pourrait donner des résultats différents.