

**Muffins sans gluten au
chocolat, érable et fleur de
sel (vegan)**

**Muffins sans gluten au chocolat,
sirop d'érable, huile d'olive et
fleur de sel**



Ingrédients pour 12 petits muffins :

- 90 g de tofu soyeux
- 75 g de farine de sarrasin
- 65 g de farine de riz complet
- 50 g de chocolat noir à pâtisser
- 125 ml de lait végétal au choix (idéalement, du lait d'amande)
- 90 ml de sirop d'érable
- 90 ml d'huile d'olive
- 3 c. à soupe de cacao en poudre
- 1 c. à soupe de vinaigre de cidre ou de jus de citron jaune
- 1 c. à café bombée de poudre levante
- 1 petite c. à café de bicarbonate alimentaire
- 1 pincée de fleur de sel
- Caissettes à muffins

Déroulement de la recette :

1. Préchauffer votre four à 180° (th.6).
2. Dans un saladier, mélanger au fouet le tofu soyeux égoutté avec le lait végétal, le sirop d'érable, l'huile d'olive, le vinaigre de cidre ou le jus de citron jaune, la poudre levante, le bicarbonate alimentaire et le sel.
3. Incorporer les farines ainsi que le cacao en poudre.
4. Couper le chocolat en grosses pépites et les ajouter à la préparation. Mélanger une dernière fois.
5. Répartir la pâte dans les caissettes à muffins (ou dans des moules à cake légèrement huilés) et enfourner 20 à 30 minutes, selon votre four : piquer le cœur d'un muffin avec la lame fine d'un couteau, si cette dernière ressort sèche, vos muffins sont prêts !
6. Bien laisser refroidir sur une grille avant de déguster.



[themoneytizer id=13364-16]