

## MUFFIN AUX COURGETTES ET FROMAGE



### Ingrédients

<b>FARINE NON-BLANCHIE</b>	<b>1 tasse</b>	<b>POUDRE À PÂTE</b>	<b>1 c. à thé</b>
<b>LAIT</b>	<b>1/3 tasse</b>	<b>BICARBONATE DE SOUDE</b>	<b>1/2 c. à thé</b>
<b>MOZZARELLA RÂPÉ</b>	<b>1/2 tasse</b>	<b>COURGETTE</b>	<b>1 un</b>
<b>FROMAGE CRÈME PHILADELPHIA</b>	<b>70 g</b>	<b>POIVRE</b>	<b>1/2 c. à thé</b>
<b>HUILE DE CANOLA</b>	<b>1/3 tasse</b>	<b>SEL</b>	<b>1/2 c. à thé</b>
<b>PURÉE POMME NON SUCRÉE</b>	<b>1/3 tasse</b>		

### Méthode

- **Préchauffer le four à 350°F**
  - **Laver les courgettes et les tailler, sans les peler, en très petits cubes**
  - **Dans un bol, mélanger la farine, la poudre à pâte, le bicarbonate de soude, les courgettes, le fromage râpé, le sel et le poivre.**
  - **Dans un autre récipient, fouetter la purée de pommes, le fromage à la crème, le lait et l'huile de canola**
  - **Combiner les deux mélanges et répartir dans les moules.**
  - **Cuire au four 25 minutes.**
- 
- 
- 
- 
- 
- 

