



Banque Alimentaire
de l'Isère

Muffin à la betterave

INGRÉDIENTS

Pour 4 personnes

- 150 gr de betterave
- 50 gr de fécule de maïs
- 50 gr de farine
- 50 gr de fromage blanc
- 1 cuillère à café de levure
- 40 ml d'huile de tournesol

PRÉPARATION

- Préchauffer le four à 180°C.
- Couper la betterave rouge en morceaux et la mettre dans le bol du mixeur.
- Ajouter la maïzena puis la farine et enfin une cuillère à café de levure.
- Mixer ensemble.
- Répartir cette préparation dans des petits moules à muffins.
- Cuire au four pendant 12 à 15 minutes.
- Laissez refroidir avant de démouler et servir.

Temps de préparation : 15 minutes

Temps de cuisson : 15 minutes

Coût : 0,5 à 1€ / personne