

# Muffins à la courgette et au cœur de fromage fondant

COÛT PAR PORTION : 0,87 \$  
(CALCULÉ AU PRINTEMPS 2011)  
RENDEMENT DE LA RECETTE : 12 PORTIONS  
PORTION : 1 MUFFIN DE TAILLE MOYENNE  
PAR ENFANT

## Ingrédients

- 125 ml (1/2 tasse) de sucre
- 125 ml (1/2 tasse) de lait à 3,25% de M.G.
- 80 ml (1/3 tasse) d'huile végétale
- 80 ml (1/3 tasse) de raisins secs
- 10 ml (2 c. à thé) d'essence de vanille
- 1 œuf
- 1 courgette moyenne
- 500 ml (2 tasses) de farine de blé entier
- 2 ml (1/2 c. à thé) de cannelle moulue
- 2 ml (1/2 c. à thé) de muscade moulue
- 5 ml (1 c. à thé) de poudre à pâte
- 2 ml (1/2 c. à thé) de bicarbonate de soude
- 12 petits cubes de fromage Cheddar (côtés d'environ 2 cm)
- Un peu d'huile végétale, pour huiler le moule à muffins

**Décoration :** lanières de courgettes et petits ronds de fromage

## Pré-préparation (par l'éducatrice)

1. Préchauffer le four à 180°C (350°F).
2. Râper la courgette.

## Préparation (par l'enfant)

1. Mesure le sucre, le lait, l'huile, les raisins secs et la vanille, puis dépose-les dans un grand bol.

2. Ajoute l'œuf et la courgette râpée.
3. Mélange bien le tout à l'aide d'un fouet.
4. Dans un autre bol, mesure et mélange la farine, la cannelle, la muscade, la poudre à pâte et le bicarbonate de soude.
5. Incorpore le mélange d'ingrédients secs à celui des ingrédients humides, puis mélange à l'aide d'une spatule.
6. Sur un essuie-tout, verse un peu d'huile de canola et frotte l'intérieur des moules à muffins, pour éviter que la pâte ne colle au moment de la cuisson.
7. À l'aide d'une grosse cuillère, verse la pâte dans des moules à muffins, en les remplissant à moitié.
8. Place un cube de fromage sur la pâte, au centre de ton muffin, et ajoute le reste de la pâte par-dessus à l'aide de la grosse cuillère.
9. Ton éducatrice dépose le moule au four et laisse cuire pendant environ 25 minutes. Les muffins sont prêts lorsqu'un cure-dents inséré au centre d'un muffin (en prenant soin de ne pas piquer le fromage) en ressort propre et que le dessus des muffins est bien doré.
10. Laisse refroidir.
11. Déguste avec un verre de lait!

*Truc :* Tu peux décorer ton muffin selon le thème de l'Halloween, en utilisant des lanières de courgettes pour faire des pattes d'araignée et de petits ronds de fromage pour les yeux!

**Bon appétit!**

## Matériel nécessaire

- 1 fouet
- 1 grosse cuillère
- 1 spatule
- 1 moule de 12 muffins
- 2 grands bols
- 1 râpe
- 1 ensemble de cuillères à mesurer
- 1 ensemble de tasses à mesurer
- Cuillères à thé en métal, pour aider l'enfant à remplir et à vider les tasses à mesurer
- 1 cure-dents
- Serviettes de table en papier
- Essuie-tout