



## **Muffins épicé au thé russe, aux pommes & noisettes**

### **Ce qu'il faut :**

*{ Pour 6 gros muffins bien dodus }*

*200 ml de lait d'avoine*

*4 g de thé russe Douchka*

*70 g de farine de seigle*

*70 g de farine de sarrasin*

*70 g de farine d'orge*

*40 g de poudre de noisettes mondées et grillées*

*20 g de fécule de pomme de terre*

*50 g de flocons de riz*

*1 càc de poudre à lever*

*1 belle pincée de bicarbonate de soude*

*1 càc de 4 épices*

*3 càs de cassonade pleines ( ou + pour les dents sucrées )*

*1 pincée de sel*

*1 1/2 pomme non pelée*

*1 càs de jus de citron frais*

*75 g de compote de pommes maison non sucrée et mixée*

*2 càs pleines de purée d'amande*

*35 ml d'eau froide*

### **Ensuite, comment faire ?**

- Dans une petite casserole, faire chauffer le lait d'avoine. Hors du feu, laisser infuser le thé dans le lait d'avoine chaud pendant 4 minutes.
- Filtrer et laisser complètement refroidir le lait au réfrigérateur pendant 1 heure.
- Laver les pommes, les essuyer et ôter le coeur à l'aide d'un vide-pommes.
- Couper la moitié d'une pomme de façon transversale, la tenir à la verticale et à l'aide d'un économe, couper des lamelles de pommes délicatement tout en tournant la pomme sur elle-même.
- Les arroser du jus de citron. Réserver.
- Préchauffer le four à 180°C.
- Beurrer si nécessaire 6 moules à muffins. Ou une dizaine pour de plus petits muffins.
- Dans un plat, verser les farines, la poudre de noisettes, la fécule de pomme de terre, les flocons de riz, la poudre à lever, la bicarbonate de soude, la cassonade, et la cuillère à café de 4 épices. Ajouter la pincée de sel.
- Mixer la compote de pomme. Mixer la pomme restante non pelée grossièrement dans un robot.
- Dans un autre plat, mélanger le lait d'avoine infusé, l'eau, la purée d'amande, la compote de pomme, et la pomme mixée.
- Verser le mélange liquide sur le mélange sec des farines. Mélanger le tout afin que la préparation soit homogène.
- Verser la pâte dans les moules au 3/4.
- En prenant l'extrémité entre les doigts d'une lamelle de pomme, la tourner sur elle-même afin de former une rosace.
- Enfoncer une rosace dans chaque muffin.
- Enfourner pendant 20 à 25 minutes.