



Muffins éclair au citron et aux bleuets



PRÉPARATION : 15 MIN CUISSON: 20 MIN

Ces muffins débordants de bleuets sont des plus moelleux grâce au fromage à la crème. Savourez-les au déjeuner, ou en sirotant un bon thé!

Qu'est-ce qu'il me faut ?

12 PORTIONS

- 1 tasse de bleuets
- 2 tasses de farine, divisées
- 3/4 tasse plus 1 c. à soupe de sucre, divisés
- 1-1/2 c. à thé de poudre à pâte MAGIC
- 1/4 c. à thé de sel
- 125 g (1/2 paquet de 250 g) de fromage à la crème *Philadelphia* en brique, ramolli
- 1/2 tasse de lait
- 1/4 tasse de beurre, fondu
- 2 œufss
- 1 c. à soupe de jus de citron frais

Que dois-je faire ?

Étape 1

Chauffer le four à 375 °F.

Étape 2

Enrober les bleuets de 2 c. à soupe de la farine. Mélanger le reste de la farine, 3/4 t du sucre, la poudre à pâte et le sel dans un grand bol.

Étape 3

Mélanger au batteur le fromage à la crème jusqu'à homogénéité. Ajouter le lait, le beurre, les œufs et le jus de citron; remuer jusqu'à homogénéité. Ajouter aux ingrédients secs; remuer juste assez pour mélanger. Incorporer délicatement les bleuets.

Étape 4

Répartir uniformément la pâte dans 12 moules à muffins vaporisés d'un enduit à cuisson. Saupoudrer du reste du sucre.

Étape 5

Cuire de 20 à 22 min ou jusqu'à ce qu'un cure-dents inséré au centre en ressorte propre. Laisser refroidir 5 min; démouler les muffins et les mettre sur une grille; laisser refroidir complètement. Conserver dans un contenant hermétique deux jours tout au plus.

Conseils des Cuisines Kraft



Substitut

Remplacez les bleuets par vos petits fruits favoris, comme des framboises ou des mûres.

Une touche d'éclat

Pour rehausser la saveur des muffins, ajoutez à la pâte 1 c. à soupe de zeste de citron.

Calories **220**

	% valeur quotidienne
Matières grasses 8 g	12 %
Matières grasses saturées 5 g	25 %
Cholestérol 55 mg	
Sodium 180 mg	8 %
Glucides 33 g	11 %
Fibres alimentaires 1 g	4 %
Sucres 16 g	
Protéines 4 g	
Vitamine A	8 %
Vitamine C	4 %
Calcium	6 %
Fer	8 %

Portions

12 portions de 1 muffin (75 g) chacune