

Collation

Portions : 10

Préparation : 20 minutes

Cuisson : 1 h

Conservation :

- Environ 4 jours au réfrigérateur
- Se congèle jusqu'à 1 mois

Pain aux pommes et aux carottes



375 ml (1 ½ tasse)
de **farine de blé entier**



10 ml (2 c. à thé)
de **cannelle moulue**



10 ml (2 c. à thé)
de **poudre à pâte**



1 ml (1/4 c. à thé)
de **sel**



60 ml (1/4 tasse)
d'**huile de canola**



125 ml (1/2 tasse)
de **cassonade**



2 **œufs**



125 ml (1/2 tasse)
de **lait**



2 **carottes**,
pelées et râpées



1 **pomme**,
pelée et râpée

**Délicieux avec un verre de lait
ou un de ses substituts.**

Préparation

- 1 Placer la grille au milieu du four et préchauffer le four à 180 °C (350 °F). Huiler un moule à pain.
- 2 Dans un bol moyen, mélanger à la fourchette la **farine**, la **cannelle**, la **poudre à pâte** et le **sel**. Mettre de côté.
- 3 Dans un grand bol, mélanger l'**huile**, la **cassonade** et les **œufs**. Ajouter le **lait**, les **carottes** et la **pomme**, puis mélanger.

Variante: Vous pouvez ajouter des noix, des raisins secs ou des canneberges séchées hachés finement.

- 4 Ajouter le **mélange de farine** et bien mélanger, puis verser dans le moule à pain.
- 5 Cuire au four environ 1 heure ou jusqu'à ce qu'un cure-dent inséré au centre du pain en ressorte propre.

Variante: Vous pouvez aussi faire des muffins avec ce mélange. Pour 12 muffins, la cuisson sera de 25 minutes dans un four préchauffé à 180 °C (350 °F).

- 6 Laisser le pain tiédir avant de le couper en tranches.

Participation de l'enfant

1 an et +

- Verser et mélanger les ingrédients

2 ans et +

- Chercher avec vous les ingrédients de la recette
- Casser les œufs
- Laver les carottes et la pomme
- Remplir les tasses à mesurer