

From: Karyna Shuliak <[REDACTED]>
To: Valdson Cotrin <[REDACTED]>
Subject: Re: recettes des muffins pour Monieur Epstein
Date: Tue, 31 May 2016 18:56:21 +0000

Hi [REDACTED],
Valdson has just sent me this printed recipe for the muffins..

On May 31, 2016, at 2:51 PM, Valdsoncotrin <[REDACTED]> wrote:

Envoyé de mon iPad

Début du message transféré :

Expéditeur: valdson cotrin <[REDACTED]>
Date: 31 mai 2016 10:22:44 UTC+2
Destinataire: [REDACTED] <[REDACTED]>
Objet: recettes des muffins pour Monieur Epstein

4oeufs des grande taille
3/4 de tasse d'huile de olive
3 tasse de sucre brun en poudre
4 tasse de digestime brun coarse wheat bran
4 tasse de lait
1 cuillère a thé' de vanille liquide liquide
5 tasse de farine brune whole wheat flour
1 tasse de amande en poudre
5 cuillères a the' de bicarbonate (baking soda)
1/4 cuillères a the du sel.
250 grammes de raisin sans pépin
1 poigne des fruits sec . coupez en petit morceaux
1 poigne de flaxseed
battre les œufs et le sucre ajouter l'huile e bien battre ajouter tous les ingrédient un par un
mélangez bien le tous.
conserver la mixture au frais dans le réfrigérateur

huile et remplir les moules a muffins a 2/3

faire cuire au four a 180 environ 20 minutes