Recettes

{{ splat | term }}

Toutes les recettes

Gâteau ultra moelleux à l’ananas

MAG#1 HIVER SANS GLUTEN

Imprimer

Commenter

Préparation: **15 min**

Ingrédients
Pour 4 à 6 personnes

- 300 gr d'ananas (pelé et sans le cœur)
- 20 gr de sucre de fleur de coco
- 5 gr d'huile de coco
- Une pincée de fleur de sel
- 3 œufs
- 60 gr de purée d'amande
- 45 gr de poudre d'amande
- 20 gr de farine de quinoa
- 20 gr de fleur de maïs

- 60 gr de sucre de fleur de coco
- 20 gr de lait d'amande
- 1 c.c de bicarbonate de sodium

1. Pelez l'ananas et coupez trois tranches fines dont vous ôterez le cœur. Coupez le reste en petits cubes et réservez.
2. Huilez le moule à cake et tapissez le fond avec les 20 grammes de sucre de fleur de coco. Placez ensuite les trois tranches d'ananas, ajoutez par dessus l'huile de coco et la fleur de sel, puis laissez cuire au Vitaliseur environ 15-20 minutes, de manière à ce que l'ananas caramélise.
3. Pendant ce temps, préparez l'appareil. Séparez les blancs des jaunes. Montez les blancs en neige avec une pincée de sel. Réservez.
4. Mélangez les jaunes avec les 60 grammes de sucre de fleur de coco et fouettez jusqu'à ce que le mélange blanchisse (devienne mousseux). Ajoutez la purée et le lait d'amande, puis mélangez. Ajoutez ensuite la poudre d'amande, la farine de quinoa, la fleur de maïs et le bicarbonate. Mélangez jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène.
5. Incorporez délicatement les blancs montés en neige puis les dés d'ananas.
6. Versez la pâte ainsi obtenue dans le moule à cake, sur les tranches d'ananas caramélisées.
7. Laissez cuire le tout environ 30 minutes au Vitaliseur. Démoulez une fois le gâteau tiédi et servez aussitôt !
8. Retrouvez cette recette en vidéo "95 secondes" !

Ce dessert exotique et gourmand époustouflera vos convives et vos papilles en toute simplicité. Cette recette est sans gluten et sans lactose. Pour voir la recette en vidéo, cliquez ici.

Vous allez aussi aimer ...

Soufflés au chocolat

Flans de carottes nouvelles au pesto de fanes

Wok d’asperges au gingembre

Victoria sponge cake aux fraises