Recettes

{{ splat | term }}

Toutes les recettes

Cake amandes/chocolat noir

Imprimer
Commenter

Préparation: **5**

Ingrédients
4

- 1 verre de farine de sarrasin (blé noir)
- 1 verre de graines que vous aurez mixées au préalable (lin, chia, tournesol,

courge)
- 1,5 verre de poudre d'amandes
- 2 verres d'eau
- Quelques amandes
- 80g de chocolat noir
- 3 c. à s. de sirop d'érable

1. Remplissez le vitaliseur d'1/3 d'eau. Posez le panier, fermez avec le couvercle et allumez le feu.
2. Mélangez tous les ingrédients dans un bol, remuez bien et versez dans le moule.
3. Mettez le moule sur le panier du vitaliseur, refermez et patientez environ 60minutes.
4. Une fois le cake cuit, sortez le moule et laissez le cake reposer au moins 10 minutes.
5. Vous pourrez ensuite le découper en tranches et les saupoudrer d'amandes concassées, sans oublier un gros trait de chocolat noir fondu...:)

Pour varier des tartines de sarrasin et autres granolas.

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

Mon compte
Recettes