

Recettes

{{ splat | term }}

Toutes les
recettes

Quatre-quarts sans gluten aux fraises



[cake gâteau sans gluten dessert Mag #13](#)

[Imprimer](#)

[Commenter](#)

Préparation: **15 minutes**

Ingrédients Pour 6 personnes

- 120 g de sucre
- 60 g de compote
- 50 g d'huile de cuisson neutre
- 2 c. à s. d'huile d'olive
- 4 œufs
- 110 g de farine de sorgho
- 40 g de farine de riz complet
- 300 g de poudre d'amande
- 1 c. à c. de levure chimique
- 2 pincées de sel

- 1 barquette de fraises bio de saison, pour la décoration

Pour l'agar-agar à l'amande

- 450 g de crème d'amande
- 8 g d'agar-agar
- 1 c. à s. d'eau de fleur d'oranger bio ou d'eau florale de petit-grain bigaradier
- 50 g de xylitol

1. Remplissez un tiers de la cuve du Vitaliseur d'eau et portez à ébullition.
2. Faites blanchir les œufs avec le sucre, puis incorporez les poudres. Mélangez.
3. Ajoutez l'huile neutre et l'huile d'olive, puis terminez par la compote. Mélangez.
4. Versez dans un moule à cake et déposez sur le tamis du Vitaliseur.
5. Faites cuire pendant 55 minutes et démoulez immédiatement après cuisson. Laissez refroidir sur une grille.

Pour l'agar-agar

6. Fouettez l'agar-agar, le xylitol et la crème d'amande à froid.
7. Faites bouillir dans une casserole pendant 1 minute, filmez et réservez au réfrigérateur toute une nuit.
8. Lorsque la préparation est solidifiée, ajoutez l'eau choisie et mixez au blender jusqu'à l'obtention d'une texture homogène et fluide, comme un gel.
9. Pochez sur le gâteau bien refroidi, décorez de fraises et de quelques amandes concassées, et dégustez.

Cette recette a été réalisée par Jennifer Hart-Smith est pâtissière et naturopathe. Elle est aussi l'auteure de Super Farines. Sortir de la farine de blé et du sucre raffiné, les deux gros piliers de la pâtisserie traditionnelle, est devenu un objectif pour celle qui fait de la "pâtisserie consciente". Retrouvez 3 recettes dans le magazine 95° #13 (mars-avril 2018).

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](#)

[Contact](#)

[CGV](#)

[Newsletter](#)

[+33 \(4\) 94 01 22 61](#)

[Mon compte](#)

[Recettes](#)

[Notre histoire](#)

[Contact](#)

[CGV](#)

[Newsletter](#)

[Facebook](#)

[Pinterest](#)

[Instagram](#)

