



RECETTES

BOUTIQUE

BOUTIQUE

Recettes

{{ splat | term }}



Toutes les
recettes

Cake à la patate douce et aux noix de pécan





Imprimer

Commenter

Préparation: **15**

Ingrédients

6

- 200 gr de patate douce
- 200 gr de farine (riz/soja)
- 1 c à c de bicarbonate
- 3 c à s d'huile végétale

- 80 gr de sucre complet
- 1 yaourt de soja nature
- 1 oeuf
- 2 c à c de miel
- 2 c à c de purée de noisette (ou amande)
- cannelle
- une pincée de sel
- un filet de jus de citron
- 30 gr de noix de pécan et quelques cerneaux pour la décoration

1. Eplucher la patate douce, couper en morceaux et placer sur le tamis. Mettre à cuire pour une dizaine de minutes.
2. Dans un saladier peser la farine, ajouter le bicarbonate, le sucre, la purée de noisette, le miel, l'huile, le yaourt, l'oeuf, la cannelle, la pincée de sel.
3. Bien mélanger tous les ingrédients et ajouter la patate douce préalablement écrasée. Mélanger encore et ajouter un peu de lait végétal si cela vous semble trop compact.
4. Ajouter les noix de pécan en les coupant en morceaux avec un couteau, mélanger de nouveau et ajouter un bon filet de jus de citron. Mélanger une dernière fois.
5. Huiler un moule à cake pour y verser la préparation. Lisser légèrement et placer les cerneaux de noix sur le dessus.
6. Poser le moule sur le tamis, fermer le couvercle et laisser cuire 45 minutes environ.

Idéal pour un goûter sain et gourmand, pour les petits et les grands..!

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