Recettes

{{ splat | term }}

Toutes les recettes

Moelleux citron-pavot, sirop miel de châtaigne, citron, gingembre

Imprimer

Commenter

Préparation: **15 minutes**

Ingrédients
Pour 4 moelleux

Pour les moelleux :

- 50 g de farine de riz
- 40 g de farine de châtaigne
- Jus de 1,5 citron
- 60 g de miel de châtaigne
- 25 g d’huile d’argan
- 2 blancs d’œuf en neige
- 1 jaune d’œuf 15 g de Rapadura®
- 2O g de graines de pavot

Pour le sirop :

- 4 rondelles de citron bio
- Le jus de 1 citron
- 50 g de miel de châtaigne
- 1 c. à c. de gingembre frais

1. Remplissez un tiers de la cuve du Vitaliseur d'eau et portez à ébullition.
2. Pour la réalisation du sirop, insérez dans un des compartiments du trio, les rondelles de citron, le jus de citron, le gingembre râpé et le miel de châtaigne.
3. Déposez le compartiment du trio sur le tamis du Vitaliseur et faites infuser à feu moyen pendant 45 minutes.
4. Dans un cul-de-poule, déposez les farines, le jus de citron, l'huile d'argan, le miel, les graines de pavot et mélangez.
5. Battez les blancs d'œuf en neige. Faites blanchir le jaune d'œuf avec le Rapadura®, puis incorporez à la préparation au pavot. Incorporez ensuite délicatement les blancs en neige.
6. Déposez au fond de quatre moules individuels huilés 1 rondelle de citron.
7. Versez la préparation dans les moules aux trois quarts de la hauteur.
8. Déposez les moules sur le tamis du Vitaliseur et faites cuire pendant 12 minutes. Pour le dressage, démoulez les moelleux puis nappez de sirop refroidi.

De délicieux petits moelleux à adapter selon la saison ! Cette recette a été réalisée par Lauranne Morruzzi.

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