

Recettes

{{ splat | term }}

Toutes les
recettes

Cake tourta de bléa nissarda



Imprimer

Commenter

Préparation: **15 min**

Ingrédients

Pour 6 à 8 personnes

- 1 grosse botte de blettes
- 50 g de farine de sarrasin intégrale
- 60 g de fécule de pomme de terre
- 3 œufs
- 100 g de crème de soja
- 1 c. à s. de bicarbonate de sodium
- 1 c. à s. de psyllium
- 25 g d'huile de coco
- 60 g de raisins secs

- 20 ml de rhum ambré
- 50 g de pignons
- 40 g de sirop d'agave

1. Remplissez un tiers de la cuve du Vitaliseur d'eau et portez à ébullition.
2. Faites macérer les raisins secs dans le rhum.
3. Retirez les côtes des blettes. Mettez à cuire sur le tamis du Vitaliseur les feuilles de blettes durant 5 minutes. Hachez-les.
4. Mélangez la farine, la féculé, le psyllium, le bicarbonate et les pignons.
5. Mélangez les œufs, la crème, l'huile de coco fondue, le sirop d'agave, les raisins avec le rhum et les blettes hachées.
6. Mélangez la préparation sèche avec la préparation humide, puis versez dans un moule à charnière de 18 cm de diamètre préalablement huilé.
7. Déposez le moule sur le tamis du Vitaliseur pour 45 minutes de cuisson.
8. Laissez bien refroidir avant de démouler ce gâteau qui revisite la tarte de blettes sucrée niçoise.

Une recette issue du magazine 95° #20 mai juin 2019 spécial cakes ! Merci à Alexis Gaudin pour ce joli cake.

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