gâteau salé sans gluten aux légumes

Imprimer

Commenter

Préparation: **15**

Ingrédients
6 /8

- 2 oeufs
- 60 g de farine de sarrasin
- 60 g de farine de riz et millet
- 1/2 c à c de bicarbonate
- 60 ml d'huile d'olive

- 140 ml de jus de carottes lactofermenté ou jus de carottes
- sel, poivre, curcuma, herbes à pizza
- parmesan, chèvre ou autre fromage (facultatif)
- un bol de légumes cuits au vitaliseur.

1. Battre les oeufs
2. ajouter le sel, le poivre, les herbes à pizza, les farines et le bicarbonate tamisés, l'huile, le jus de carottes et les légumes.
3. Mettre dans un moule rond de 20 cm à l'intérieur du tamis du vitaliseur.
4. Cuire 40 mn

gâteau à déguster chaud ou froid au pique nique avec une salade. C'est un repas complet.

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