

Recettes

{{ splat | term }}

Toutes les
recettes

Cake courgettes/ lardons



Imprimer

Commenter

Préparation: 5

Ingrédients

6

- 1 verre de:
- farine de quinoa
- farine de riz blanc
- farine de teff
- 1,5 verre d'eau

- 1 pincée de sel
- 1 pincée de bicarbonate
- 2 oeufs
- 2 courgettes
- 100g de lardons
- 1 c. à s. d'huile d'olive (pour faire revenir les courgettes)

1. Remplissez la cuve d'1/3 d'eau. Portez-la à ébullition.
2. Pendant ce temps-là faites revenir les courgettes découpées en cubes dans la poêle. En fin de cuisson ajoutez les lardons.
3. Pendant ce temps-là, mélangez le reste des ingrédients dans un saladier.
4. Ajoutez les lardons et courgettes une fois dorés, mélangez et puis versez dans le moule.
5. Posez sur le vitaliseur et patientez environ 45 minutes.
6. Savourez!

À déguster avec une belle salade estivale

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](#)