

Recettes

{{ splat | term }}



Toutes les
recettes

Cake au thon



Imprimer



Commenter



Préparation: **10**

Ingrédients

4/6

- 1 verre de farine de teff
- 1 verre d'amandes en poudre
- 1 verre de farine de riz blanc
- 1 verre de farine de quinoa
- 1 verre d'eau
- 1 verre d'huile d'olive
- 1 pincée de bicarbonate
- 1 pincée de sel
- 2 oeufs
- 100g de thon en conserve

- 1/2 courgette à râper

1. Remplissez la cuve d'1/3 d'eau. Portez-la à ébullition.
2. Pendant ce temps-là mélangez les ingrédients dans un saladier.
3. Versez dans le moule et cuisez environ 40 minutes.

On la savoure avec une salade de tomates/ basilic/ estragon? N'hésitez d'ailleurs pas à ajouter des tomates séchées dans votre préparation.

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](#)