Recettes

{{ splat | term }}

Toutes les recettes

Trio de cakes salés et sucrés

RECETTE FACILE VEGETARIEN SANSGLUTEN TRIO

Imprimer

Commenter

Préparation: **30 min**

Ingrédients
Pour 4 personnes

- CAKE AUX HERBES AROMATIQUES ET A LA FETA
- 60 gr de farine de lentilles vertes
- 40 gr de farine de riz complet
- 10 gr de fécule de maïs
- ½ c. à c. de bicarbonate
- 2 œufs
- 100 ml de lait d’amande
- 2 c. à s. d’huile d’olive
- 130 gr de feta
- 1 gousse d’ail dégermée
- 1 branche d’aneth

- 1 botte de basilic
- Quelques brins de thym
- 2 brins de romarin
- 2 poignées de graines de courge
- Fleur de sel

- CAKE OLIVES NOIRES ET NOISETTES
- 60 gr de farine de riz complet
- 40 gr de farine de pois chiche
- 10 gr de fécule de maïs
- ½ c. à c. de bicarbonate
- 2 œufs
- 100 ml de lait d'amande
- 2 c. à s. d'huile d'olive
- 30 olives noires dénoyautées
- 60 gr de noisettes toastées
- Fleur de sel

- CAKE AU SESAME NOIR
- 60 gr de farine de riz complet
- 40 gr de fécule de pomme de terre
- 60 gr de poudre de sésame noir
- 70 gr de sucre rapadura
- ½ c. à c. de bicarbonate
- 2 œufs
- 100 ml de lait d'amande
- 2 c. à s. d'huile de coco
- Quelques gouttes d'essence de vanille
- Fleur de sel

1. Remplissez un quart de la cuve du Vitaliseur d'eau, couvrez et portez à ébullition.
2. Prévoyez 3 culs de poule pour les différentes préparations.

   Dans le premier :

3. Mélangez les farines, le bicarbonate et la fleur de sel. Ajoutez les œufs puis le lait et l'huile d'olive. Lorsque le mélange est homogène, incorporez l'ail haché, les herbes émincées, les graines de courge et la feta en dés. Réservez.

   Dans le second :

4. Mélangez les farines, le bicarbonate et la fleur de sel. Ajoutez les œufs puis le lait et l'huile d'olive. Lorsque le mélange est homogène, incorporez les olives entières et les noisettes concassées.

   Dans le troisième :

5. Mélangez les farines, la poudre de sésame, le bicarbonate, le sucre et la fleur de sel. Ajoutez les œufs puis le lait, l'essence de vanille et l'huile de coco. Réservez.

6. Lorsque les trois préparations sont prêtes, huilez 2 récipients avec l'huile d'olive et versez-y

chacune des préparations salées.

7. Huilez le 3e avec l'huile de coco puis versez-y la préparation sucrée.
8. Placez le trio sur le tamis du Vitaliseur et couvrez pour 30 minutes de cuisson.
9. Déposez le tamis sur le support en liège et laissez refroidir quelques minutes.
10. Démoulez et dégustez !

Le Trio céramique permet de cuisiner plusieurs recettes dans une même cuisson ! Ici nous avons réalisé trois cakes en même temps (deux cakes salés et un cake sucré). Résultat : un délice !

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