



Cuisine et
dépendances

Fondants aux pommes et amandes



Pas d'œufs ni de matières grasses mais ce gâteau est néanmoins excellent ! Le tofu dans une pâte à gâteau, je me demandais à quoi m'attendre mais en fait c'est LA bonne idée qui permet de se passer de beurre ou de crème en gardant un cake très moelleux.

Ingrédients (pour 6 mini-cakes) :

- 150 g de tofu soyeux
- 2 pommes
- 80 g de cassonade
- 100 g de farine 5 céréales
- 1/2 sachet de levure chimique
- 50 g de pâte d'amandes
- quelques gouttes d'extrait d'amandes amères
- 2 cuil à soupe d'huile

Préparation :

Préchauffer le four th. 6 (180°C).

Couper la pâte d'amandes en petits dés. Peler et couper le pomme en dés d'à-peu près la même taille.

Fouetter le sucre et le tofu ensemble jusqu'à obtenir une préparation lisse. Ajouter ensuite la farine et la levure, puis l'huile et l'extrait d'amandes amères. Mélanger le tout. Ajouter les dés de pomme et

de pâte d'amandes dans la pâte.

Verser la pâte dans des moules individuels. Enfourner et laisser cuire 20 à 30 min, selon la taille du moule.

Démouler après la cuisson et servir froid.

Le 27 Novembre 2009 – Par Gaëlle – Cuisine et dépendances

Lien : <http://gainthekitchen.canalblog.com/archives/2009/11/27/index.html>