

GÂTEAU RICOTTA MANGUE BANANE

Dimanche 26 Février 2017

Mon dessert dominical !



Gâteau ricotta mangue banane : 16 parts et 2pp- 2 sp par part

- 100 g de farine
- 1 sachet de levure chimique
- 250 g de ricotta
- 2 œufs
- 40 g de sucre en poudre

-2 dosettes de canderel vanille

-1 banane*

-1 mangue*

-15 sprays d'huile

Préchauffer le four 180 ° (th 6)

Fouetter le sucre, le canderel et les jaunes d'œufs jusqu'à blanchissement. Rajouter la ricotta bien égouttée. Bien mélanger

Verser la farine et la levure et fouetter au batteur électrique pour obtenir une pâte lisse

Monter les blancs en neige et les rajouter à la pâte en soulevant avec la spatule.

Couper les fruits en petits dés et les rajouter à la pâte

Huiler les parois d'un moule en silicone et verser la préparation

Enfourner 35 à 40 minutes, la lame du couteau doit ressortir propre

Laisser refroidir et démouler délicatement car c'est un gâteau un peu fragile. Il y a possibilité de cuire la pâte dans 16 petits moules à muffins mais prévoir un temps de cuisson plus court

La texture de ce gâteau est très moelleuse et fondante en bouche

Pour le repas du soir : salade verte +1 c à c d'huile (1pp- 1 sp) –omelette avec ratatouille maison et 2 œufs (4pp- 5 sp) – 2 parts de gâteau ricotta mangue banane (4pp- 4 sp). Total : 9pp- 10 sp

Passez un très bon dimanche