

# CAKE MIRABELLES AMANDES

Dimanche 16 Août 2020

*Un fruit très gouteux et très sucré :*

*Cake mirabelles amandes : 10 parts et 5sp vert bleu violet*□□□  
*par part*

*-160 g de farine*

*-1sachet de levure alsacienne*

*-3 oeufs moyens \**

*-100 g de compote aux pommes maison sans sucre ajouté\**

*-50 g de beurre à 41%*

*-50 g de poudre d'amandes*

*-50 g de sucre fin en poudre*

*-25 g de sugarly (sucralose)*

*-250 g de mirabelles dénoyautées\**

*Mélanger la farine et la levure*

*Mettre les oeufs et le beurre fondu et mélanger avec un fouet*

*Rajouter la compote de pommes, le sucre, le sugardyl et la poudre d'amandes tout en continuant à fouetter jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse*

*Couper les mirabelles en tranches et les ajouter à la pâte en mélangeant bien*

*Verser dans un moule à cake en silicone et mettre au frais minimum 1 heure*

*Préchauffer le four 200° et enfourner le cake préalablement*

*fendu longitudinalement sur le dessus avec un couteau pendant 10 minutes*

*Puis baisser la t° à 180° (th 6) et laisser cuire 30 minutes, la lame d'un couteau au cœur du cake doit ressortir sèche sinon continuer la cuisson quelques minutes*

*Laissez le cake refroidir et démoulez*

*Coupez-en 10 tranches et servir avec un thé ou un café pour la pause de la journée*





*Attendez que le cake soit bien refroidi pour le démouler car les mirabelles comme toutes les prunes donnent du jus et le cake bien que moelleux est difficile à démouler à chaud sans risque de l'abimer*

*Pour le gouter : thé glacé sans sucre (0sp) -10 g de pistaches non salées (2sp vert bleu violet□□□) -1 tranche de cake mirabelles amandes (5sp vert bleu violet□□□). Total : 7sp vert bleu violet□□□*

*Très bonne journée à toutes et tous*

**Lilou3158 : blog cuisine contrôlée by lilou light.fr**

**Tous droits réservés**