

GÂTEAU AUX POMMES

Dimanche 07 Novembre 2021

Une vieille recette de 2015, à mi-chemin entre le moelleux et l'invisible :

Gâteau aux pommes : 16 parts et 2 sp vert bleu violet ☐☐☐ par part

*-500 g de pommes**

*-4 petits suisses 0%**

*-100 ml de lait écrémé**

-60 g de sucre en poudre

*-2 œufs moyens**

-50 g de maïzena (fécule de maïs)

-1 petite cuillerée à café de cannelle en poudre

-quelques gouttes d'extrait de vanille

-1/2 sachet de levure alsacienne

Préchauffer le four 180° (th 6).

Éplucher les pommes et les détailler en fines tranches.

Fouetter les œufs avec le sucre jusqu'à blanchiment et rajouter les petits suisses et le lait toujours en fouettant.

Rajouter la maïzena et la levure jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse.

Rajouter la vanille et la cannelle et bien mélanger.

Tapisser le fond d'un moule en silicone avec les tranches de pommes.

Verser la pâte par-dessus.

Enfourner 40 minutes.

Sortir le gâteau du four, le laisser refroidir puis le démouler.

À conserver au frais



Je prends en général des pommes reinettes du Canada et vous pouvez remplacer les petits suisses par du skyr 0%.

Si vous remplacez le sucre par du sucralose (sugarly en poudre), comptez 1 sp vert bleu violet□□□

Avis personnel, il est meilleur 24 h après.

Pour une pause gouter : rooibos sans sucre (0 sp) -2 parts de gâteau aux pommes (4 sp)

Très bon dimanche

Lilou3158 : blog cuisine contrôlée by lilou light.fr

Tous droits réservés