

GÂTEAU POMME CANNELLE

Dimanche 29 janvier 2017

Pour accompagner un café, un thé, pour compléter un repas



Gâteau pomme cannelle : 16 parts et 2pp- 3 sp par part

- 150 g de farine
- 50 g de sucre cassonade ou de canne intégral
- 1/2 sachet de levure alsacienne
- 2 œufs*
- 50 ml d'huile neutre

-50 ml de lait écrémé *

-100g de compote de pomme sans sucre

-2 pommes reinette du Canada *

-1 cuillerée à café de cannelle

Préchauffer le four 180 °

Fouetter les œufs et le sucre ensemble jusqu'à blanchissement puis rajouter l'huile, le lait, la compote tout en continuant à fouetter

Bien mélanger la farine et la levure et rajouter à la préparation précédente avec la cannelle

Peler la pomme, l'épépiner et la couper en petits dés. Rajouter à la pâte

Verser dans un moule en silicone et cuire 45 minutes

Sortir du four et laisser refroidir avant de démouler

Si vous ne trouvez pas ce gâteau assez sucré, rajouter du sucralose, J'ai employé du sucre de canne intégral qui donne un léger goût de pain d'épices

Pour un repas du soir : salade de roquette + 1 c à c d'huile (1pp- 1 sp)-120 g de poulet froid cornichons (4pp-3 sp) -100 g de fromage blanc 0% + 50 g de compote sans sucre (2pp- 3 sp) – 1 part de gâteau pomme cannelle (2pp- 3 sp) .Total :9pp- 10 sp

Très bon dimanche