

MINI CAKES AUX FRUITS CONFITS

Dimanche 01 Mars 2020

Pour la pause 16h :

***Mini cakes aux fruits confits : 12 mini cakes
et 4sp vert ☐***

-3 spl bleu☐

-3spv violet ☐

par part

-160 g de farine

-1 sachet de levure alsacienne

*-3 œufs moyens **

-50 g de beurre à 41 %

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

-70 g de fruits confits

-30 g de sugarly (sucralose)

-2 cuillères à soupe de rhum

Faire macérer pendant 30 minutes à 1 heure les fruits confits coupés en petits morceaux dans le rhum

Préchauffer le four 180° (th 6)

Mélanger la farine avec la levure

Rajouter les œufs, la compote, le beurre fondu et le sugarly toujours en fouettant jusqu'à obtenir une pâte lisse

Incorporer les fruits confits et le rhum. Bien mélanger

Remplir 10 petits moules en silicone posés sur une plaque

et enfourner une vingtaine de minutes



Sortir du four, laisser un peu tiédir puis démouler





À déguster tiède ou froid

Ces mini cakes se congèlent très bien

Les moules en silicone mesurent 6 cm de long

Pour le goûter : thé à la menthe sans sucre (0sp)

-10 g de cerneaux de noix (2sp vert bleu violet ☐☐☐)

-1 mini cake aux fruits confits (4sp vert ☐

-3spl bleu☐

-3spv violet☐). Total : 6sp vert

☐ -5spl

bleu☐ -5spv

violet☐

Très bon dimanche à toutes et tous

Lilou3158 : blog cuisine contrôlée by lilou light.fr

Tous droits réservés