

PETITS CAKES RICOTTA TRUITE FUMÉE

Vendredi 01 Septembre 2017

Parfaits pour un apéritif dinatoire ou pour compléter un repas du soir un peu léger



Petits cakes ricotta truite fumée : 15 parts et 2pp- 2 sp par part

- 150 g de farine
- 1/2 sachet de levure alsacienne
- 3 œufs moyens*
- 150 g de ricotta
- 100 ml de lait écrémé*
- 80 g de truite fumée
- 6 feuilles de basilic
- sel poivre

Préchauffer le four 180 ° (th 6)

Fouetter ensemble au batteur électrique les œufs, le lait et la ricotta

Verser la farine mélangée à la levure et continuer à fouetter pour obtenir une pâte lisse

Rajouter la truite coupée en petits morceaux et le basilic ciselé. Bien mélanger

Rectifier l'assaisonnement et remplir 15 petits moules en silicone à moitié

Enfourner 15 à 20 minutes, la lame du couteau doit être sèche

Démouler et les laisser refroidir sur une grille

A servir tiède ou froid.

Ils se congèlent très bien

Pour le repas du soir : salade laitue cœurs d'artichauts
coques + 1 c à c d'huile (2pp- 2 sp) – 3 petits cakes ricotta
truite fumée (6pp- 6 sp) –salade de fruits maison (0pp- 0 sp).
Total : 8pp- 8 sp

Passez un très bon vendredi

Lilou