GÂTEAU CHÈVRE ABRICOT AMANDES

Dimanche 03 Septembre 2017

Belle alliance entre ce fromage et ce fruit !

Gâteau chèvre abricot amandes : 16 portions et 3pp- 3 sp par part

-300 g d’abricots frais *

-20 g d’amandes effilées

-80 g de fromage de chèvre frais

-160g de farine

-1 sachet de levure alsacienne

-3 œufs*

-90 g de sucre en poudre

– 2 cuillerées à soupe de sucralose

Préchauffer le four 180 ° (th 6)

Fouettez les œufs, le sucre et le sucralose ensemble jusqu’à blanchissement avec un batteur électrique

Rajoutez le chèvre tout en continuant à fouetter puis la farine mélangée à la levure

Rajouter les abricots coupés en dés et les amandes

Bien mélanger

Verser dans un moule en silicone à 16 empreintes, posé sur une plaque et enfourner 35 minutes, la lame du couteau devant être sèche

Laisser un peu refroidir avant de démouler car ce gâteau est assez fragile

Prendre des abricots pas trop mûrs pour éviter qu’ils ne détrempent la pâte

Une fois entamé, ce gâteau se conserve bien au frais

Pour le repas de midi : 50 g d’avocat jus de citron (2pp- 3 sp) –sole au four (2pp- 1 sp)-poêlée de champignons pois gourmands + 1 c à c d’huile (1pp- 1 sp) -1mousse citron avec 125 g de faisselle 0 % (1pp- 2 sp)-1 part de gâteau chèvre abricot amandes (3pp- 3 sp) .Total : 9pp- 10 sp

Le plus difficile, c’est de ne pas se resservir

Très bon dimanche à vous toutes et tous et si vous le pouvez, dites-moi de quel pays, région vous êtes. Je suis curieuse de connaitre mes 633 abonnés que je remercie

Lilou