



Cake végétarien

Cake végétarien

Cake végétarien

Recette pour 1 personne



Ingrédients

50 g de farine

50 g d'œuf

30 g de beurre fondu

50 ml de lait

1 g de sel

1 g de poudre à lever

GARNITURE

Ingrédients

25 g de courgette

25 g d'échalote

25 g de tomate

50 g de carotte

Sel, poivre

Réalisation

- Parer et ciseler finement les échalotes.
- Parer et couper en brunoise les courgettes.
- Parer et hacher grossièrement les tomates. Bien les égoutter.
- Mélanger et assaisonner.
- Séparer le blanc et le jaune d'œuf.
- Mélanger le jaune, le beurre fondu, le lait et le sel.
- Ajouter 40 grammes de farine. Bien mélanger.
- Hacher finement les herbes et incorporer à la masse.
- Monter le blanc en neige.
- Incorporer le blanc et le reste de la farine mélangée avec la poudre à lever.
- Ajouter délicatement la garniture légumes et mélanger.
- Remplir le moule.
- Cuisson 20 minutes à 180C°.