

Info Panier de légumes



Des recettes proposées par Mme Devlieger

Madeleines à la betterave

Préparation (pour 20 madeleines): 25 min - Cuisson: 10 min - Repos: 1h

Ingrédients:

- 100 g de beurre,
- 2 oeufs,
- 100 g de sucre,
- 120 g de farine,
- 60 g de betterave crue râpée

Mélangez les oeufs entiers dans une terrine avec le sucre, fouettez jusqu'à ce que le mélange blanchisse, ajoutez la farine, le beurre fondu et la betterave râpée. Laissez reposer la pâte pendant une heure. Préchauffez le four th. 6 (180°C).

Remplissez les moules aux 3/4. Laissez cuire pendant 10 min environ jusqu'à ce que le dessus soit joliment doré. Démoulez aussitôt et laissez tiédir avant de déguster.

Gâteau aux topinambours, façon Carrot Cake

- 280 g de farine à levure incorporée
- 2 cuil. à café rases de levure chimique (en plus de la farine à levure incorporée)
- 2 cuil. à café rases de cannelle
- 1 cuil. à café rase de gingembre en poudre
- 1 pointe de couteau d'un mélange 4 épices
- 150 g de sucre
- 150 g de sucre roux
- 25 cl d'huile végétale
- 300 g de topinambour lavés, pelés et râpés
- 4 œufs
- Préchauffez votre four à 180°C.



Mélangez tous les ingrédients secs dans un bol.

Ajoutez l'huile et mélangez.

Ajoutez les topinambours et mélangez.

Ajoutez les œufs un par un en mélangeant bien à chaque ajout.

Versez dans un moule beurré de 25 cm de diamètre.

Enfournez pour environ 45 minutes.

Une lame insérée au centre du gâteau doit ressortir sèche.

Cake sucré a la tomate

- 220 g de farine semi complète
- 200 g de sucre roux
- 1/2 sachet de levure
- 1/2 c. café de cannelle en poudre
- 2 oeufs
- 350 g de tomates en dés, en conserve
- 200 g de compote de pommes
- 1 pincée de sel



option : 1 poignée de raisins secs + 1 portion de carottes râpées

Préchauffer le four à 180°.

Graisser un moule.

Mettre tous les ingrédients dans le bol d'un robot et mixer quelques instants.

Incorporer ensuite, éventuellement, les raisins secs et les carottes râpées.

Verser la pâte dans le moule et cuire au four pendant environ 40 minutes.

Comme vous l'avez constaté, ces recettes sont simples à réaliser même par les enfants, pour les réconcilier avec les légumes