

MINI GÂTEAUX AUX POMMES DE NORMANDIE



Par

Luana Belmondo

Dans

**Ep.51 - Luana et Estelle
Lefébure cuisinent detox**

INGRÉDIENTS :

- 150 g de farine de riz
- 40 g de sucre roux
- 2 pommes
- 3 œufs
- 125 g de yaourt de brebis
- 8 g de levure chimique
- 4 c. à soupe d'huile de coco
- 1/2 c. à soupe de miel liquide
- 2 brins de menthe fraîche
- Zeste de citron vert

RECETTE :

1. Épluchez les pommes et coupez-les en dés.
2. Dans un saladier, mélangez la farine de riz avec la levure, le yaourt de brebis, les oeufs battus avec le sucre, l'huile de coco fondue et la cannelle. Ajoutez les morceaux de pommes et mélangez.
3. Versez la préparation dans 4 moules individuels préalablement graissé de coco fondue.
4. Enfournez 20 min dans un four à 180°C (th. 6).
5. Laissez tiédir les gâteaux avant de les démouler et de les arroser de sirop d'agave.
6. Décorez de menthe fraîche et saupoudrez de zeste de citron vert.
7. Dégustez.

PRÉPARATION :



4 personnes