



GÂTEAU MOELLEUX AU SARRASIN, POMMES CARAMELISÉES ET SON GLAÇAGE FRAÎCHEUR

Laissez-vous tenter par ce gâteau original et plein de saveurs. L'alliance du sarrasin au goût rustique, de la douceur des pommes fondantes et caramélisées, et d'un glaçage frais et léger en fait un dessert réconfortant et gourmand. Parfait pour un goûter automnal ou pour finir un repas sur une note sucrée et équilibrée.

Ingrédients

Pour le gâteau :

- 3 pommes
- 200 g de farine de sarrasin
- 100 g de sucre complet
- 50 g de poudre d'amande
- 2 œufs
- 120 g de compote (de pommes, de préférence)
- 80 ml de lait demi-écrémé
- 2 cuillères à soupe d'huile de maïs
- 2 cuillères à café de levure chimique
- 1 cuillère à café de cannelle
- 3 cuillères à soupe de sucre complet (pour le caramel)

Pour le glaçage :

- 4 carrés de fromage frais (type Philadelphia® ou St Môret®)
- 1 cuillère à soupe de yaourt demi-écrémé
- 1 sachet de sucre vanillé



PREP TIME

20 MIN



COOK TIME

40 MIN



SERVINGS

8-10 PERSONNES

Instructions

Préparer les pommes caramélisées

- Peler, épépiner et couper les trois pommes en tout petits dés.
- Dans une casserole, faire chauffer les trois cuillères à soupe de sucre complet à feu moyen jusqu'à obtenir un caramel ambré.
- Ajouter les dés de pommes dans le caramel et bien mélanger pour les enrober. Laisser compoter quelques minutes.
- Retirer du feu. Réserver la moitié des pommes pour la décoration et laisser tiédir.

Préparer l'appareil à gâteau

- Préchauffer le four à 180 °C.
- Dans un premier saladier, mélanger les ingrédients liquides : fouetter les deux œufs avec la compote, l'huile de maïs et le lait demi-écrémé.
- Dans un second saladier, mélanger les ingrédients secs : la farine de sarrasin, les 100 g de sucre complet, la poudre d'amande et la cannelle.
- Verser le mélange d'ingrédients secs dans le saladier des ingrédients liquides.
- Fouetter énergiquement jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse et homogène.
- Ajouter les deux cuillères à café de levure chimique et mélanger une dernière fois.
- Incorporer délicatement à la pâte la moitié des pommes caramélisées qui a tiédi.

Cuire le gâteau

- Verser la préparation dans un moule à cake (préalablement beurré et fariné si nécessaire).
- Enfourner et laisser cuire pendant 40 minutes.
- Vérifier la cuisson en plantant la lame d'un couteau au centre du gâteau ; elle doit ressortir sèche.
- Sortir le gâteau du four et le laisser tiédir avant de le démouler sur une grille pour qu'il refroidisse complètement.

Préparer le glaçage et finir le dressage

- Dans un bol, mélanger les quatre carrés de fromage frais avec la cuillère à soupe de yaourt et le sachet de sucre vanillé jusqu'à obtenir une texture lisse et crémeuse.
- Une fois le gâteau complètement refroidi, étaler la préparation au fromage frais sur le dessus.
- Décorer en répartissant joliment le reste des pommes caramélisées sur le glaçage.
- Servir et déguster.

APPORTS NUTRITIONNELS POUR UNE PERSONNE

309,5 KCAL
7,9G DE PROTÉINES

