



Haricots verts • Carottes en rondelles • Petits pois • Flageolets • Jardinière de trois légumes • Tomates



Carrot cake aux fruits secs



Pour 12 mini cakes (ou 1 grand cake)
Préparation : 20 minutes • Cuisson : 30 minutes

Ingrédients :

- 1 boîte de carottes d'aucy bio
- 200 g de beurre
- 4 œufs
- 200 g de cassonade
- 300 g de farine
- 1 cuillerée à café de levure
- 50 g de noix grossièrement hachées
- 50 g de raisins de Corinthe
- 50 g d'écorces d'orange hachées
- 3 cuillerées à café rases de mélange d'épices pour pain d'épices
- 1 sachet de sucre vanillé
- 1 pincée de sel
- le jus d'un demi citron jaune
- le zeste d'un citron jaune non traité haché

Préparation :

Egouttez les carottes et placez-les sur une feuille de papier absorbant. Sur une assiette, écrasez-les grossièrement à l'aide d'une fourchette. Faites fondre le beurre. Beurrez et farinez les moules à cakes. Dans un saladier, fouettez les œufs entiers avec la cassonade, le sucre vanillé et la pincée de sel. Ajoutez le beurre fondu, les carottes, les fruits secs, le jus et le zeste de citron. Incorporez la farine tamisée avec la levure et les épices en poudre. Versez la pâte dans les moules. Préchauffez votre four à 180°C. Pendant ce temps, placez les cakes au réfrigérateur puis enfournez et faites cuire pendant 30 minutes (pour 1 grand cake, faites cuire 20 minutes à 180°C, baissez le thermostat à 160°C et terminez la cuisson pendant 30 à 40 minutes).

Conseil gourmand :

Pour glacer les carrot cakes : fouettez au batteur électrique, à vitesse minimum, 150 g de sucre glace tamisé et un blanc d'œuf. Lorsque les ingrédients sont intimement liés, ajoutez 1 cuillerée à soupe de jus de citron. Fouettez alors à une vitesse rapide jusqu'à ce que la préparation devienne épaisse et crémeuse. Placez les carrot cakes sur une grille et nappez-les du glaçage. Laissez sécher avant de déguster.

Pour un glaçage plus simple : tamisez 110 g de sucre glace avec 1 cuillerée à soupe de jus de citron et 2 cuillerées à soupe d'eau. Nappez les carrot cakes.

Florence Edelmann 2012

