

Gâteaux à la poêle

Ingrédients :

- Sucre en poudre : 100g
- Oeufs : 2
- Arôme liquide choisi
- Farine : 100 g
- Levure chimique : 1/2 sachet
- Ingrédient solide choisi
- Sel : 1 pincée
- Lait : 100 g
- Huile de tournesol : 35 g
- Fruits, graines de votre choix

Réalisation :

1. Mélanger le sucre, éventuellement les arômes choisis liquides et les oeufs.
2. Ajouter la farine, la levure chimique, éventuellement les ingrédients choisis solides, le sel, mélanger
3. Ajouter le lait, l'huile de tournesol, mélanger. Bien mélanger pour incorporer des bulles d'air qui feront gonfler le gâteau et le rendront tout léger !
4. Huiler une poêle.
5. Verser la pâte dans la poêle, et cuire 35', à feu très doux (départ à froid), avec un couvercle légèrement décalé pour laisser s'échapper la vapeur (le fait que le couvercle ait des trous ne suffit pas pour que la vapeur s'échappe, et le gâteau pourrait ne pas gonfler suffisamment).
6. Retourner le gâteau et cuire 8 minutes.

Remarque : si vous souhaitez incorporer des fruits, les ajouter après 5 minutes de cuisson, pour éviter qu'ils ne tombent au fond de la poêle.

Exemples de composition :

- ✓ Fleur d'oranger (2 càs), graines de pavot (1 càs).
- ✓ Chocolat (1,5 càc de cacao), vanille
- ✓ Noix de coco (20g), chocolat (3 càc de cacao bombées)
- ✓ Vanille (2 càs).
- ✓ Vanille (2 càs), noix (environ 7, coupées en 8) / amandes en bâtonnets ou effilées.
- ✓ Vanille (2 càs), pomme (1/2 coupée en petits morceaux), cannelle.
- ✓ Chocolat (1,5 càc de cacao), framboise (environ 20)
- Fleur d'oranger (2 càs), abricots secs (6 coupés en petits morceaux).
- Thé Matcha (2 càc)