

CAKE SALE SANS ŒUF



Ingrédients

- 150 gr de farine (50g complète, 50g de maïs et 50g pois chiche)
- 2c.à.s d'arrow root diluées dans 6 c/s d'eau env avec ¼ d'un cube ail/persil
- ½ càc sachet de levure chimique
- un peu d'huile de tournesol
- 100 ml de lait
- 2 càs d'olives vertes dénoyautées
- 100 g de champignons
- 2 càc de gomasio
- Echalotte, persil, une pincée de sel

PREPARATION

Hacher finement l'échalote, et le persil

Lavez et éplucher les champignons

Mettre dans un poêle avec l'échalote, le sel, le persil et le ¼ d'un cube et un peu d'huile

Faire rissoler le tout

Dans un saladier mettre la farine, la levure, le lait, les olives coupées grossièrement

Mélanger l'ensemble pour obtenir une pâte homogène

Versez-y les champignons

Versez dans un moule à cake beurré et fariné

Mettre sur le dessus de la pâte des graines de courge, tournesol, sésame

Enfourner à 200° - 45 mn