

Cake végétarien moelleux : courgette, tomate séchée, olive et basilic

lesgourmandisesdechoucha





Retrouvez cette recette et un concours pour gagner des places pour le salon du chocolat sur mon blog <http://lesgourmandisesdechoucha.over-blog.com/2017/10/cake-vegetarien-courgettes-olives-noires-tomates-sechees-et-basilic.html>
cake moelleux, # végétarien, # veggie, # apéro, # apéritif, # buffet # réception, # pique nique, # facile, #

J'ai improvisé cette recette avec ce que j' avais dans le frigo, pour un déjeuner partagé lors d'une de mes formations. Un cake végétarien très moelleux. j'ai utilisé la recette de base de l' appareil à cake de Christophe Felder pruneaux, noix et lardons mais j'ai fait ma garniture. Parfait pour un buffet, un apéro entre amis ou un déjeuner partagé où chacun amène quelque chose. Pour d'autres recettes pour ce genre d'occasions : [cake féta, tomates séchées, olives thym et basilic](#), [wrap végétariens](#), [houmous maison](#), [mini cake saumon et aneth](#), [rillettes aux deux saumons](#), [focaccia aux olives thym et romarin](#), [gaufres aux légumes](#), [financiers féta, tomates cerises et basilic](#), [financiers chèvre](#), [magret de canard et abricots moelleux](#) et [cocktail aloe fizz](#).

• ***Cake féta, tomates séchées, olives, thym et basilic*** : moule : 25 cmx 10 cm : préparation 15 minutes cuisson 45 minutes

ingrédients :

- 320 g de courgettes râpées
- 40 g de tomates séchées
- 50 g de gruyère râpé
- 65 g d'olives noires à la grecque dénoyautées
- 4 feuilles de basilic
- 200 g de farine
- 2 cuillères à café de levure chimique
- 1 pincée de sel
- 4 oeufs
- 10 cl de lait (j'ai mis du lait d'amande)
- 50 g de beurre fondu
- 6 cl d'huile d'olive
- sel, poivre

Préchauffez votre four à 180°.

Lavez et râpez la courgette, puis faites la revenir dans un peu d'huile chauffée dans une poêle durant 15 minutes environ. Coupez en deux les olives, et découpez les tomates séchées en petits morceaux. Mélangez à part la farine, la levure et le sel, et les oeufs. Dans un autre saladier, mélangez le lait, le beurre fondu, le basilic ciselé, l'huile d'olive puis ajoutez au mélange précédent et remuez bien. Ajoutez ensuite le gruyère râpé, les tomates séchées, les olives et la courgette cuite, bien mélanger. Beurrez un moule et versez la pâte aux 3/4 du moule. Enfournez pour 45 minutes à 180°. Vérifiez la cuisson en enfonçant la lame d'un couteau s'il ressort propre c'est que c'est cuit, s'il y a de la pâte prolongez la cuisson encore un peu.

Pour dénicher les dernières idées et rencontrer les passionnés, rendez
vous sur Zodiosphere.fr