

Cake aux fanes de carottes

À l'automne tard, au moment d'entrer les carottes on se demande quoi faire avec tout ce beau feuillage vert. On peut le transformer en soupe mais peut-être qu'on voudrait tenter autre chose, un cake par exemple.

Les ingrédients

- 200 g de farine
- 3 oeufs
- 15 cl de lait
- 10 cl d'huile
- 1 cac bombée de levure
- 1/2 botte de fanes de carottes
- 3 tranches de jambon cru
- 5 pétales de tomates séchées
- Sel et poivre



La préparation

- Laver les fanes de carottes (retirer les tiges épaisses) et les hacher.
- Battre les œufs dans un saladier, ajouter la farine et la levure. Mélanger.
- Incorporer le lait, l'huile, le sel et le poivre.
- Émincer les pétales de tomates et le jambon grossièrement.
- Ajouter à l'appareil les fanes de carottes, les tomates et le jambon.
- Beurrer et fariner un moule à cake (ou alors utiliser une feuille de papier cuisson)
- Enfourner pour 35 minutes à 200 ° C
- Laisser refroidir avant de servir.

Source : <http://www.latabledeclara.fr/2018/11/cake-aux-fanes-de-carottes-0.html>

Retour aux capsules gourmandes : <http://www.jardinslaprairie.com/CapsulesGourmandes.html>

Comité des jardins communautaires Ville de La Prairie, 2020-10-19

<http://www.jardinslaprairie.com>