

<http://ec-villedomer.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/spip.php/spip.php?article490>



Le cake aux légumes

- Archives - Année scolaire 2011-2012 - Classe des CP - DECOUVERTE DU MONDE -



Date de mise en ligne : mardi 25 octobre 2011

Copyright © Ecole de Villedômer - Tous droits réservés

Pour la semaine du goût nous avons travaillé sur les légumes. Nous avons aussi cuisiné un cake. Voici la recette.

RECETTE DU CAKE AUX LÉGUMES

Ingrédients

- [-] 250 g de légumes (carottes, courgettes)
- [-] 3 oeufs
- [-] 200 g de farine
- 1 cuillère à soupe de levure
- [-] 5 cl d'huile
- [-] 10 cl de lait
- [-] 5 cl de bouillon de légumes
- [-] 60 g de gruyère
- [-] Un peu de beurre
- [-] 1 pincée de sel
- [-] 1 pincée de poivre

Ustensiles

- [-] 1 couteau
- [-] 1 casserole
- [-] 1 économe
- [-] 1 passoire
- [-] 1 cuillère à soupe
- [-] 2 saladiers
- [-] 1 moule à cake
- [-] 1 balance
- [-] 1 verre doseur

PRÉPARATION

1. Laver les légumes (1 carotte, 1 courgette)
2. Éplucher les légumes
3. Couper les légumes en petits morceaux (petits dés)
4. Faire bouillir de l'eau salée dans une casserole.
5. Mettre les légumes dans l'eau bouillante pendant 10 minutes.
6. Égoutter les légumes. Garder du jus de cuisson.
7. Verser dans la saladier

les oeufs,
la farine,
la levure,
l'huile,
le lait,
le jus de cuisson,
le sel et le poivre,
les dés de légumes

le gruyère.

8. Mélanger le tout.

9. Beurrer un moule à cake et le fariner.

10. Verser la préparation dans le moule et mettre au four à 200° pendant 30 à 40 minutes.