



Cuisine et
dépendances

Gâteau Invisible aux courgettes d'Eryn



Le "gâteau invisible" est un classique de la cuisine d'[Eryn](#), un blog endormi depuis plusieurs mois, mais que je consulte toujours très régulièrement tant il regorge de recettes. On a envie de tout essayer, de tout goûter et cette fois encore, je ne suis pas déçue : ce gâteau fondant est riche en légumes, dépourvu de matières grasses (j'ai légèrement adapté la recette originale), parfait donc pour un repas léger.

Ingrédients (pour un petit moule à manqué carré de 20 cm de côté) :

- 4 courgettes
- 2 oeufs
- 70 g de farine
- 100 ml de lait
- 1 pincée de levure chimique
- 30 g de parmesan râpé
- 1 pincée de levure chimique
- 1 pincée de curcuma
- sel et poivre

Préparation :

Préchauffer le four à thermostat 6 (180°C).

Laver les courgettes (on conservera la peau), couper les extrémités. Tailler les courgettes en rondelles très fines. Saler légèrement et laisser égoutter dans une passoire.

Fouetter les oeufs entiers, ajouter la farine mélangée à la levure chimique puis verser le lait, mélanger le tout. Saler et poivrer, incorporer le parmesan râpé, saupoudrer de curcuma. Mélanger le tout.

Ajouter les rondelles de courgettes dans la pâte et mélanger le tout pour que les rondelles de

courgettes soient toutes enrobées de la préparation.

Verser le tout dans un moule à manqué chemisé de papier sulfurisé.

Enfourner et laisser cuire 35 à 40 min.

Laisser refroidir avant de découper le gâteau en carrés. Ce gâteau peut se déguster tiède ou froid.

Le 06 Juin 2011 – Par Gaëlle – Cuisine et dépendances

Lien : <http://gainthekitchen.canalblog.com/archives/2011/06/06/index.html>