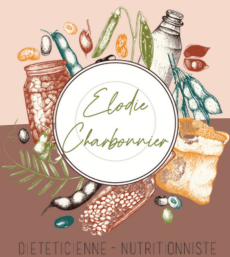


Pour le goûter

GÂTEAU AU YAOURT



POUR FAIRE UN GÂTEAU AU
YAOURT, IL TE FAUT :

LES INGRÉDIENTS



LES USTENSILES



PRÉPARATION DE LA RECETTE



Préchauffe le four à 170°C ou demande à tes parents

1

Renverse le yaourt dans un saladier.
Rince et essuie le pot de yaourt.



2

Dans le saladier, casse les 3 oeufs, ajoute le pot de sucre et mélange avec le fouet ou une cuillère.



3

Ajoute 2 pots de farine et mélange.
Ajoute le dernier pot de farine et la levure et mélange bien.



4

Ajoute le 1/2 pot d'huile et mélange.
La pâte doit être lisse, sans grumeaux.



5

Huile légèrement le moule à cake avec un papier essuie-tout.
Verse la préparation dans le moule.



6

Mets au four environ 30 minutes.
Vérifie la cuisson en piquant le gâteau avec une lame qui doit ressortir sèche.



LES P'TIT PLUS



VARIER LA FORME DU GÂTEAU


Pour faire des petits gâteaux individuels à emporter, tu peux utiliser des moules à muffin ou à donuts.
Il faudra diminuer le temps de cuisson : 15 minutes environ, selon la taille des moules.




SAVEUR VANILLE

Ajoute de l'extrait de vanille dans la pâte.

Un verre  ou 

Une part 

Une 

POUR UN GOÛTER ÉQUILIBRÉ



MUFFIN COEUR CHOCO

Glisse un carré de chocolat au milieu avant de les mettre au four.

SAVEUR COCO



Remplace 1 pot de farine par 1 pot de noix de coco râpée.

BON APPÉTIT 

@Elodie Charbonnier | Diététicienne - 2023

POUR EN SAVOIR PLUS

Elodie Charbonnier | Diététicienne à Aubière ☎ 06 69 05 75 15

📍 diet_en_cuisine 🌐 <https://elodiecharbonnier-dieteticienne.fr/>