

Recette sucrée

GATEAUX ÉNERGÉTIQUES SANS CUISSON

1 personnes

Temps de preparation 15 mn

Temps de cuisson x

Difficulté ★

INGRÉDIENTS

30g de pistaches
20g de sucre muscavado
100g de dattes
50g de flocons d'avoine
1 cs de miel
4 framboises
100g de chocolat blanc

RÉALISATION

- 1 • Mettre le sucre et les pistaches dans le mixeur - Mixer
- 2 • Ajouter les dattes et mixer jusqu'à obtenir une pâte.
- 3 • Ajouter les flocons d'avoine ainsi que le miel et mixer jusqu'à l'obtention d'une pâte qui se tienne (vous verrez, vers 3/4 min de mixage le changement de texture est flagrant)
- 4 • Abaisser la pâte obtenue avec un rouleau et avec un emporte pièce, puis laisser reposer.
- 5 • Faire fondre le chocolat blanc au bain marie ou au micro-onde.
- 6 • Ajoutez la crème liquide puis mélanger la garniture.
- 7 • Pour le montage prendre une partie du gâteau (la base) ajouter une demie framboise puis une couche de garniture.
- 8 • Deposer l'autre partie du gâteau (le chapeau) sur le dessus - C'est prêt !



LE PETIT PLUS

- Pour réaliser ces petits gâteaux dignes du célèbre goûter du chapelier fou, j'ai utilisé le KitchenAid mini mixer Queen of Heart qui célèbre les 100 ans de la marque. Je suis certaine qu'Alice raffolerait de ces petits gâteaux et que la reine pourrait couper la tête d'une carte pour pouvoir en manger. Avec cette recette super simple et rapide, le lapin ne sera plus jamais en retard pour le thé et apportera de quoi régaler ses amis.

Ces petits gâteaux vous permettent de vous faire plaisir à tout moment, y compris en été lorsque vous ne souhaitez pas faire fonctionner votre four.