

Cakes apéro crevettes & légumes

Pour 5 cakes longs

Préparation : 10 min - Cuisson : 30 min

Ingrédients :

- 6 œufs
- 3cs d'huile d'olive
- 15cl de vin blanc
- 100g de crème fraîche
- 3cs de moutarde
- 250g de farine
- 1 sachet de levure chimique
- 150g de fromage râpé
- 1cs d'herbes de Provence
- Sel & poivre 5 baies
- 400g de julienne de légumes décongelée et égouttée
- +/-150g de petites crevettes



Ustensiles spécifiques : un cul-de-poule, un fouet, une empreinte de 5 cakes longs et une plaque aluminium perforée.

www.lesdelicesabelle.fr

Réalisation :

- Préchauffer le four à 180°C (th. 6) et placer les 5 cakes longs sur la plaque perforée.
- Dans le saladier, fouetter les œufs avec l'huile, le vin, la crème et la moutarde.
- Ajouter la farine et la levure. Bien mélanger.
- Ajouter les légumes égouttés et les herbes de Provence.
- Saler et poivrer.
- Ajouter les crevettes et mélanger de nouveau.
- Terminer en ajoutant le fromage râpé.
- Garnir les empreintes et faire cuire 30 min.
- Les déguster tièdes, chauds ou froids.

Bon appétit !



Moule 5 cakes longs

Mon blog : <http://lesdelicesabelle.fr/>

Instagram : <https://www.instagram.com/lesdelicesabelle/>

Groupe privé Facebook : <https://www.facebook.com/groups/lesdelicesabelle/>

Isabelle CHEVRIER

Votre conseillère culinaire Guy Demarle