

GATEAU SPORT

Temps de préparation: <15 minutes

Temps de cuisson: 40 minutes

Difficulté: Facile

Ingrédients (4 personnes):

- ✓ 300g de farine
- ✓ 400 ml de lait d'amandes
- ✓ 150 g de miel
- ✓ 3 abricots secs
- ✓ 2 figes sèches
- ✓ 2 pruneaux
- ✓ 60 g de raisin sec
- ✓ 1 cuillère à soupe d'huile
- ✓ 1 sachet de levure chimique
- ✓ 1 cuillère à soupe d'amandes en poudre.

Préparation :

- ❖ Mélanger le lait, le miel, l'huile.
- ❖ Ajouter la farine, la levure et la poudre d'amandes.
- ❖ Couper les abricots, les pruneaux et les figes en morceaux.
- ❖ Verser la pâte dans un moule huilé.
- ❖ Ajouter tous les fruits secs sur la pâte.
- ❖ Enfourner à 180° pendant 35 à 40 mn.

