

## Recette facile

# GÂTEAU LÉGER AU YAOURT ET AMANDES (SANS BEURRE)

- **Énergie** : 160 kcal
- **Protéines** : 11 g
- **Lipides** : 4 g
- **Glucides** : 15 g



## INGRÉDIENTS

- ✿ 1 yaourt nature 0 % (125 g)
- ✿ 2 œufs
- ✿ 40 g de farine complète
- ✿ 30 g de poudre d'amandes
- ✿ 30 g d'édulcorant ou sucre de bouleau
- ✿ 1/2 c. à café de levure chimique
- ✿ 1 c. à café d'extrait de vanille

## USTENSILES

- Bol et fouet
- Moule à gâteau
- Couteau et planche

## ÉTAPES

- 1 Préchauffez le four à 180°C.
- 2 Mélangez le yaourt, les œufs et la vanille jusqu'à obtenir une préparation homogène.
- 3 Ajoutez la farine, la poudre d'amandes, la levure et l'édulcorant.
- 4 Versez la pâte dans un moule antiadhésif ou préalablement chemisé de papier cuisson.
- 5 Enfournez pour 20 à 25 minutes, en vérifiant la cuisson à l'aide de la pointe d'un couteau.
- 6 Laissez tiédir avant de démouler.