

## Gâteau aux carottes (Desserts)



### Préparation

Séparer les blancs des jaunes. Battre les blancs d'œufs en neige ferme; les placer au réfrigérateur. Battre les jaunes d'œufs avec le sucre jusqu'à ce que le mélange soit blanc et mousseux. Ajouter les carottes râpées et le zeste de citron, puis les noisettes et les amandes hachées et bien mélanger avec une spatule. Incorporer lentement la farine et la levure finement tamisées, mélanger soigneusement avec une spatule. Terminer en ajoutant les blancs d'œufs battus et les incorporer en mélangeant du bas vers le haut. Préchauffer le four à 180 °C. Beurrer et fariner un moule à gâteau et y verser le mélange. Faire cuire au four pendant 45 minutes. Démouler le gâteau une fois refroidi, le couper et servir saupoudré de sucre glace ou de cacao en poudre selon les goûts.

### Conseils

Même si le gâteau aux carottes est simple en apparence et de par ses ingrédients, il peut être fourré de crème fouettée ou de crème au chocolat. Ces garnitures peuvent être ajoutées directement dans le gâteau si on décide de le couper en différentes couches, ou bien elles peuvent être servies comme accompagnement au gâteau coupé en tranches.

### Anecdotes

Les carottes contiennent beaucoup de vitamines, comme les bêta-carotènes et la vitamine A, essentielles pour la vue et pour avoir une peau saine. En outre, contrairement à d'autres légumes qui perdent leurs nutriments pendant la phase de cuisson, elles conservent leur vitamine A et une partie de leur vitamine C.

### Information

**Préparation** 20 minutes

**Temps total** 45 minutes

**Pour X** Pour 4 personnes

**Niveau de difficulté** Facile

la terra di Puglia



ACQUISTA SUL NOSTRO SHOP

Autentici prodotti di Puglia solo su

[shop.laterradipuglia.it](http://shop.laterradipuglia.it)

**Sconto del 10%**

utilizzando questo codice entro 31/12

RICETTE-2016

[clicca qui per accedere](#)

### Ingrédients

**Carottes** 250 grammes (Râpées)

**Sucre** 150 grammes

**Farine** 100 grammes

**Oeufs** 4 unités

**Levure vanillée** (8g de levure)

**Amandes** 100 grammes (Hachées)

**Noisettes** 50 grammes (Hachées)

**Citron** (le zeste d'un citron râpé)