

# Menus - Propos

Menus Et Notes Utiles Simples Pour Recettes Odorantes Piquantes Olfactives Succulentes

## **BUNDT CAKES AU SIROP D'ÉRABLE ET AUX NOIX DE PÉCAN**

**Pour 6 gourmands :**

**100g noix de pécan - 200 yaourt grecque - 80g beurre pommade + 20g pour le moule - 3 oeufs - 10 cl sirop d'érable - 100g sucre en poudre - 150g farine T.55 - 100g poudre de noisettes - 1/2 sachet de levure chimique - QS sucre glace -**

**Dans le four préchauffé à 150° (th.5) torrifier les noix de pécan sur une plaque à pâtisserie recouverte de papier sulfurisé pendant 10 minutes. Sortir du four, laisser refroidir. Les concasser au couteau grossièrement. Augmenter la température du four à 180° (th. 6). Beurrer les moules à l'aide d'un pinceau. Dans le bol du robot Kit....aid muni du fouet fouetter à vitesse 4 le yaourt avec le beurre, les oeufs et le sirop d'érable pendant 3 minutes jusqu'à pâte lisse. Incorporer la farine, la poudre de noisettes et la levure. Fouetter encore 1 minute. Ajouter les noix de pécan. Mélanger délicatement. Verser dans les moules. Enfourner et cuire 25 minutes. Vérifier la cuisson à l'aide d'un couteau, la lame doit ressortir sèche. Sortir du four, les laisser tiédir 10 minutes puis démouler sur une grille. Une fois refroidis, saupoudrer de sucre glace.**

Menus Propos © 2007

<http://menuspropos.canalblog.com/>

e-mail : les3aetles2m@wanadoo.fr