

CAKE AUX POMMES ET MIEL et Kiri® Bio

🕒 Préparation : 40 min - Cuisson : 30 min € Prix de revient unitaire HT estimé par portion produite : 0,26 €

INGRÉDIENTS

pour environ 100 adolescents ou 150 enfants en primaire

- 1 kg de Kiri® Bio
- 1 l d'œufs liquides
- 250 g de sucre
- 50 g de levure chimique
- 1,5 kg de farine
- 300 ml d'huile de tournesol
- 250 g de miel de fleur
- 2,5 kg de pommes en dés

PROGRESSION DE LA RECETTE

1. Mélanger au batteur le Kiri® Bio, les œufs et le sucre.
2. Mélanger la levure à la farine et incorporer dans le batteur à vitesse lente.
3. Mettre l'huile et le miel préalablement chauffé pour qu'il soit liquide.
4. Incorporer les dés de pomme et mélanger quelques minutes.
5. Verser dans des moules adaptés préalablement graissés.
6. Cuire au four à 180 °C pendant 30 min.
7. Démouler à chaud et laisser refroidir.

ASTUCE

Pour varier les saveurs, vous pouvez ajouter des épices comme la cannelle ou l'anis étoilé.



Rations recommandées

Pour un enfant en primaire : 20 - 30 g/pers.

Pour un adolescent en collège / lycée : 30 - 50 g/pers.

Valeurs nutritionnelles pour 100 g

Valeurs énergétiques : 951,16 kJ / 227,41 kcal - Matières grasses : 10,42 g dont acides gras saturés : 3,82 g - Glucides : 27,87 g dont sucres : 11,7 g - Protéines : 5,07 g - Sel : 0,45 g - Calcium : 95,93 mg

