



Une recette Le Chef C'est Vous ! Bon Appétit !

GÂTEAU COCO AU YAOURT

TEMPS DE PREPARATION: 15 mn

CALORIES AU 100 g : 121

CALORIES A LA PART : 100 (6 parts)

INGREDIENTS:

2 yaourts nature à 0% de M.G
25 g de farine
25 g de maïzena
2 œufs entiers
1 blanc d'œuf
20 g de noix de coco râpée
1 sachet de sucre vanillé

METHODE :

Ce gâteau coco au yaourt est excellent ! Il ne reste plus qu'à fermer les yeux, et on se retrouve par magie au beau milieu des palmiers sur une plage de sable fin.

Commencez par clarifier les œufs afin de récupérer les jaunes.

Ajoutez le sucre vanillé, la farine, la maïzena et la noix de coco râpée puis mélangez le tout à l'aide d'un fouet. Incorporez les yaourts nature.

Montez les 3 blancs d'œufs en neige, puis à l'aide d'une cuillère en bois, ajoutez-les délicatement à la préparation précédente.

Préchauffez votre four à 210 °C (Thermostat 7) pendant 10 mn.

Versez votre préparation dans un moule à gâteau en silicone ou antiadhésif, mettez-le au four, puis laissez cuire pendant 20 à 25 mn tout en surveillant la cuisson régulièrement.

Démoulez sur un plat à servir.

Au moment du café, ce gâteau est à savourer sans modération, seul ou accompagné, simplement par gourmandise !