


Petits gâteaux

Cupcakes à la carotte et à la betterave


50 min 30 min 20 min

TEMPS TOTAL

PRÉPARATION

CUISSON

0

REPOS

429

CALORIES

Étape 1

Préparation des ingrédients

- 1 Préchauffer le four à 180°C(Th.6).
- 2 Laver les carottes, couper le talon puis les éplucher à l'aide d'un économe.
- 3 Râper les carottes sur la grille fine d'une râpe. Réserver dans un saladier.
- 4 Utiliser des gants pour éviter de se tâcher les doigts avec le jus des betteraves.
- 5 Couper les extrémités des betteraves puis les peler à l'aide d'un couteau ou d'un économe.
- 6 Râper la betterave épluchée avec la même râpe fine que les carottes. Réserver avec les carottes râpées.
- 7 Eplucher la racine de gingembre en grattant sa peau à l'aide d'une cuillère à café.
- 8 Râper le gingembre épluché avec la même râpe à grille fine que pour les carottes et les betteraves.
- 9 Râper le gingembre à contre-sens des fibres pour faciliter cette opération. Les restes de gingembre, difficiles à râper, peuvent être utilisés dans une infusion avec du miel à boire tiède ou froide.
- 10 Ajouter le gingembre râpé dans le saladier en l'effilant

 Ingrédients
pour 8 personnes

Ingrédients pour les cupcakes

165 g **Carotte(s)**
 165 g **Betterave rouge crue**
 165 g **Amande(s) en poudre**
 70 g **Beurre**
 3 unité(s) entière(s)
Oeuf(s) entier(s)
 135 g **Sucre roux**
 70 g **Farine**
 1.5 sachet(s) **Levure chimique**
 20 g **Gingembre frais**

Ingrédients pour le glaçage

225 g **Sucre glace**
 1 **Citron(s)**
 2 c. à soupe **Eau**

pour qu'il ne forme pas de paquet puis mélanger à l'aide d'une cuillère.

- 11 Casser les œufs dans le saladier contenant les légumes râpés et mélanger de façon à bien les intégrer à la préparation.

Étape 2

Préparation des cupcakes

- 1 Faire fondre le beurre dans une casserole à feu très doux.
- 2 Tamiser la farine et la levure dans un bol à l'aide d'un tamis.
- 3 Ajouter la poudre d'amande et mélanger.
- 4 Verser le sucre roux et bien mélanger.
- 5 Verser le mélange d'ingrédients secs dans le saladier contenant les légumes râpés et bien mélanger.
- 6 Ajouter progressivement le beurre fondu en mélangeant doucement.
- 7 Mélanger le tout de façon à obtenir une pâte lisse et homogène.
- 8 Utiliser des caissettes en papier pour un démoulage plus facile et une meilleure présentation.
- 9 Remplir les moules individuels aux 2/3 de pâte.
- 10 Enfourner à 180°C(Th.6) pendant 20 minutes.

Étape 3

Dressage

- 1 Lorsque les cupcakes sont cuits, les sortir du four et laisser refroidir sur une grille.
- 2 Couper le citron en deux et presser son jus en filtrant les pépins.
- 3 Dans un saladier, mélanger le citron et le sucre glace en remuant bien afin d'éviter les grumeaux de sucre.
- 4 Verser l'eau froide dans la pâte et mélanger à nouveau jusqu'à obtention d'une consistance sirupeuse épaisse.
- 5 Napper généreusement les cupcakes de glaçage en étalant avec la cuillère.
- 6 Déposer les cupcakes sur une assiette et les décorer selon les envies.