

## Gâteaux

# Gâteau paléo cranberry



**1h30** **10 min** **20 min** **1h** **290**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

### Étape 1

#### Préparation de la pâte

- 1 Poser le fond du moule sur une feuille de papier sulfurisé, dessiner les contours puis découper le papier à l'aide d'une paire de ciseaux. Poser le papier au fond du moule.
- 2 Vaporiser du spray cuisson sur le papier sulfurisé.
- 3 Préchauffer le four à 180 °C (Th. 6).
- 4 Dans un bol, verser les cranberries.
- 5 Ajouter le sirop d'érable puis l'huile de noix de coco.
- 6 L'huile de noix de coco est utilisée à la place du beurre.
- 7 Ajouter l'arrow root. Mélanger à l'aide d'une cuillère.
- 8 Verser le mélange dans le moule. Etaler à l'aide de la cuillère.
- 9 Dans un saladier, casser les oeufs entiers. Fouetter.
- 10 Ajouter le sirop d'érable, battre à nouveau. Puis ajouter la vanille.
- 11 Mettre l'huile de coco dans un ramequin, la faire fondre au micro onde. Puis la laisser refroidir.
- 12 Dans un autre saladier, verser la farine de coco.
- 13 Ajouter l'arrow root. Mélanger et réserver.

Ingrédients  
pour 6 personnes

#### Ingrédients pour la partie fruits

200 g **Canneberge(s)**  
**(Cranberries)**  
1 c. à soupe **Sirop  
d'érable**  
1 c. à soupe **Farine  
d'Arrow root**  
1 c. à café **Huile de noix  
de coco**

#### Ingrédients pour la pâte

4 unité(s) entière(s)  
**Oeuf(s) entier(s)**  
60 ml **Sirop d'érable**  
60 g **Farine de coco**  
60 g **Farine d'Arrow root**  
60 ml **Huile de noix de  
coco**  
0.5 **Orange(s)**  
1 c. à café **Extrait de  
vanille**

- 14 Zester l'orange directement sur les oeufs.
- 15 Ne pas gratter la partie blanche, plus amère.
- 16 Couper l'orange en deux, presser le jus et le verser dans les oeufs.
- 17 Ajouter l'huile de coco refroidie, puis les ingrédients secs. Fouetter énergiquement.
- 18 S'il reste des grumeaux, passer le mixeur plongeant dans la préparation.
- 19 Verser la pâte sur les cranberries. Enfourner pendant 15 à 20 minutes.
- 20 Une fois cuit et doré, sortir le gâteau du four et le laisser refroidir pendant une heure.

## Étape 2

### Dressage

- 1 Poser une planche sur le gâteau, puis retourner la planche avec le gâteau et retirer le moule.
- 2 Retirer le papier sulfurisé collé sur le gâteau. Déguster.