

En Zambie, Oscar et Sacha
ont appris à cuisiner le...

Gâteau au yaourt à la farine de maïs

En Zambie, on mange
beaucoup de plats à base
de farine de maïs !



Ingrédients

- ▶ 100 G DE FARINE DE BLÉ
- ▶ 100 G DE FARINE DE MAÏS
- ▶ 125 G DE BEURRE MOU
- ▶ 3 ŒUFS
- ▶ 1 POT DE YAOURT
- ▶ 5 G DE LEVURE CHIMIQUE
- ▶ 100 G DE SUCRE
- ▶ QUELQUES GOUTTES D'ARÔME VANILLE

- 1** Dans un grand bol, mélange le beurre mou et le sucre jusqu'à obtenir une crème onctueuse.
- 2** Ajoute ensuite les œufs en mélangeant tout doucement, puis les gouttes de vanille.
- 3** Ajoute les deux farines, puis la levure. Mélange bien et incorpore ensuite le pot de yaourt.
- 4** Verse la pâte dans un moule beurré et fariné. Laisse cuire environ 40 à 50 min à 160 degrés.

Jus d'hibiscus

- ✿ Avec un adulte, chauffe 1 litre d'eau jusqu'à ce qu'elle soit bien chaude (mais pas bouillante).
- ✿ Ajoute 1 poignée de fleurs d'hibiscus séchées dans 1 litre d'eau.
- ✿ Laisse infuser 10 minutes... tu vas voir, c'est magique : l'eau devient rouge !
- ✿ Filtre pour enlever les fleurs, puis ajoute 2 ou 3 cuillères de sucre et mélange.
- ✿ Laisse refroidir avant de déguster !

Click