

IDÉE D'ACTIVITÉ

Semaine du : **lundi 23 mars**

au **vendredi 27 mars**

2020

TEM (16 à 18 ans)

PLUS (16 à 18 ans)

TITRE DE L'ACTIVITÉ : Recette de cake salé (poivrons et olives)

Consigne / Descriptif :

LISTE DE COMISSIONS :



6 œufs



1 verre d'huile d'olive 2 verres de lait



1/2 de sachet de
poudre à lever



2 poivrons rouges et 200 g d'olives
2 poivrons verts



2 cuillères à soupe
de graines de pavot



Herbes de Provence Moule à gâteau
rectangulaire



CAKE AUX POIVRONS ET AUX OLIVES

1. Préchauffer le four à 180°



2. Dans un bol, mélanger 3 oeufs, 1 verre de lait et 1 demi verre d'huile d'olive.



3. Ajouter au bol 1cc de poudre à lever.



4. Ajouter au bol 100g de farine sans gluten et 50g de maizena.



5. Laver un poivron vert et un poivron rouge.

6. Couper les poivrons en dés.



7. Ajouter au bol les poivrons, 100gr d'olives coupées, 1 cs de graines de



pavot, un peu d'herbes de Provence, sel et poivre.

8. Mélanger le bol.



9. Huiler le moule à cake et verser le contenu du bol.



10. Mettre au four et cuire **45** minutes.

Remarques :

- Surveillance de l'adulte nécessaire.

Pour aller plus loin (références et liens) :