



MOELLEUX CITRON, AMANDE & FÈVE TONKA

— à la Mousse de Framboise —

. Pour un gâteau de 8 parts .

(un moule à manqué de 22 cm de diamètre)

Moelleux Citron Amande & Fève Tonka :

- . Poudre d'amande blanche / 100g
- . Farine de riz semi-complète / 50g
- . Farine de maïs / 50g
- . Fécule de maïs / 50g
- . Sucre de canne complet / 80g
- . Lait de soja nature / 250ml
- . Jus de citron / 50ml
- . Purée d'amande complète / 30g
- . Huile de coco vierge / 30g
- . Zeste de citron(s) bio / 1 càc légèrement bombée
- . Fève Tonka / 1 càc rase (une fois réduite en poudre)
- . Pincée de sel
- . Bicarbonate alimentaire / 1 demi-càc

Mousse de Framboise :

- . Jus de pois chiches (aquafaba)* / 100ml (soit 80g)
- . Framboises (fraîches ou surgelées) / 220g
- . Jus de citron / 1 càc
- . Eau froide / 1 càc
- . Sirop d'agave / 40g
- . Pincée de vanille en poudre

*Le jus qui reste au fond d'un bocal ou d'une boîte de conserve de pois chiches

Moelleux Citron Amande & Fève Tonka :

- . Préchauffez le four à 180°C (th.6).
- . Commencez par râper une ou deux fève(s) Tonka, pour obtenir une cuillère à café rase de poudre.
- . Râpez ensuite le zeste d'un ou deux citrons bio (selon leur taille). L'important est d'en récupérer l'équivalent d'une cuillère à café légèrement bombée.
- . Pressez-le(s) pour récupérer 50ml de jus de citron.
- . Dans un grand saladier, mélangez ensemble tous les ingrédients secs : poudre d'amande, farines, fécule, sucre, fève Tonka, zeste de citron, sel, bicarbonate.
- . Faites fondre l'huile de coco à feu doux dans une casserole. Elle doit être totalement liquide.
- . Dans un deuxième saladier, mélangez l'huile de coco fondue avec la purée d'amande. Ajoutez-y le lait de soja et le jus de citron fraîchement pressé.
- . Mélangez vivement le tout avec un fouet, pour obtenir un liquide parfaitement homogène.
- . Versez cette préparation liquide par-dessus le mélange sec préparé plus tôt.
- . Remuez le tout avec une spatule, jusqu'à ce que vous obteniez une pâte bien homogène. Faites de grands mouvements circulaires, comme pour enrober la pâte, pour l'aérer et la mélanger sans trop la travailler.
- . Huilez votre moule (optez pour une huile au goût neutre).
- . Versez la pâte à l'intérieur. Tapez légèrement le fond du moule sur la table pour bien répartir la pâte et égaliser la surface, si nécessaire.
- . Enfournez pour 40 minutes environ.
- . A la sortie du four, laissez entièrement refroidir votre gâteau, minimum une à deux heures, avant de le démouler et de passer à la suite de la recette !

Suite au verso >



MOELLEUX CITRON, AMANDE & FÈVE TONKA

— à la Mousse de Framboise —

. Pour un gâteau de 8 parts .

(un moule à manqué de 22 cm de diamètre)

Moelleux Citron Amande & Fève Tonka :

- . Poudre d'amande blanche / 100g
- . Farine de riz semi-complète / 50g
- . Farine de maïs / 50g
- . Féculé de maïs / 50g
- . Sucre de canne complet / 80g
- . Lait de soja nature / 250ml
- . Jus de citron / 50ml
- . Purée d'amande complète / 30g
- . Huile de coco vierge / 30g
- . Zeste de citron(s) bio / 1 càc légèrement bombée
- . Fève Tonka / 1 càc rase (une fois réduite en poudre)
- . Pincée de sel
- . Bicarbonate alimentaire / 1 demi-càc

Mousse de Framboise :

- . Jus de pois chiches (aquafaba)* / 100ml (soit 80g)
- . Framboises (fraîches ou surgelées) / 220g
- . Jus de citron / 1 càc
- . Eau froide / 1 càc
- . Sirop d'agave / 40g
- . Pincée de vanille en poudre

*Le jus qui reste au fond d'un bocal ou d'une boîte de conserve de pois chiches

Mousse de Framboise :

- . Commencez par préparer le coulis de framboise.
- . Versez les framboises dans votre blender. Ajoutez le jus de citron, l'eau, le sirop d'agave et la vanille.
- . Mixez le tout jusqu'à obtenir un coulis.
- . Filtrez-le à travers un tamis à maille fine, pour retirer tous les petits morceaux de graines de framboises, et obtenir un coulis parfaitement lisse. Le coulis étant assez épais, aidez le filtrage en remuant avec une cuillère. Cette étape est importante, on ne veut surtout pas avoir des petites brisures de graines dans la mousse, peu agréables à la dégustation !
- . Passez ensuite à la mousse d'aquafaba.
- . Versez le jus de pois chiches dans un saladier.
- . Fouettez-le avec un batteur électrique, à puissance maximum, exactement comme pour monter des blancs d'œufs en neige. Fouettez assez longuement, jusqu'à ce que vous obteniez une mousse bien volumineuse et parfaitement ferme. Cela prend plusieurs minutes. Pour vérifier que la consistance est bonne, arrêtez le batteur et relevez-le : si la meringue forme un/des pic(s), alors c'est parfait ! Elle doit aussi rester en place lorsque vous retournez le saladier.
- . Mettez de côté un peu de coulis pour la décoration finale, et versez tout le reste dans le saladier, avec l'aquafaba.
- . Fouettez à nouveau avec le batteur électrique, jusqu'à ce que le coulis soit entièrement incorporé à l'aquafaba, pour obtenir une mousse homogène.
- . La mousse est prête ! Elle a perdu beaucoup de volume suite à l'ajout du coulis, pas d'inquiétude, c'est tout à fait normal !
- . Une fois votre gâteau démoulé sur un plat de service, il ne vous reste plus qu'à déposer la mousse et l'étaler

Suite sur la 2^{ème} feuille >



MOELLEUX CITRON, AMANDE & FÈVE TONKA

— à la Mousse de Framboise —

. **Pour un gâteau de 8 parts .**
(un moule à manqué de 22 cm de diamètre)

Moelleux Citron Amande & Fève Tonka :

- . Poudre d'amande blanche / 100g
- . Farine de riz semi-complète / 50g
- . Farine de maïs / 50g
- . Féculé de maïs / 50g
- . Sucre de canne complet / 80g
- . Lait de soja nature / 250ml
- . Jus de citron / 50ml
- . Purée d'amande complète / 30g
- . Huile de coco vierge / 30g
- . Zeste de citron(s) bio / 1 càc légèrement bombée
- . Fève Tonka / 1 càc rase (une fois réduite en poudre)
- . Pincée de sel
- . Bicarbonate alimentaire / 1 demi-càc

Mousse de Framboise :

- . Jus de pois chiches (aquafaba)* / 100ml (soit 80g)
- . Framboises (fraîches ou surgelées) / 220g
- . Jus de citron / 1 càc
- . Eau froide / 1 càc
- . Sirop d'agave / 40g
- . Pincée de vanille en poudre

*Le jus qui reste au fond d'un bocal ou d'une boîte de conserve de pois chiches

joliment sur le dessus (à l'aide d'une cuillère ou d'une spatule par exemple). Faites en sorte de la manipuler le moins possible pour qu'elle ne perde pas trop de volume.

. Pour finir, versez quelques filets de coulis (le coulis qui a été mis de côté précédemment) et étalez-les délicatement pour faire de jolis traits rouges dans la mousse.

. Déposez quelques framboises sur le dessus.

. Votre gâteau est prêt ! Placez-le au moins une heure au frigo afin de le servir bien frais. Il est encore meilleur !

. Il peut se conserver au frigo quelques jours sans problèmes.

Par contre, la mousse va perdre en volume petit à petit et risque de devenir toute raplapla au bout d'un certain temps, complètement absorbée par le gâteau.

Ce qui n'altère absolument pas le goût, mais ça en jette un peu moins visuellement !

