

Cake de saumon et jambon au fromage maigre



Cake de saumon et jambon au fromage maigre

INGRÉDIENTS

- Nb de personnes : 6
- 2 tranches de saumon fumé
- 1 tranche de jambon dégraissé
- 2 c. à soupe de fromage blanc 0%
- 1/2 sachet de levure
- 10 cl de lait
- 2 oeufs
- 3 c. à soupe de son d'avoine
- 3 tomates cerise
- ciboulette
- poivre

PRÉPARATION

- Préparation : 20 min
 - Cuisson : 25 min
1. Préchauffez votre four à 180° C (th.6)
 2. Cassez les 2 oeufs entiers dans un petit bol et battez-les à la fourchette.
 3. Lavez la ciboulette et ciselez-la.
 4. Mélangez dans un bol, 3 c. à soupe de son d'avoine avec la levure, les œufs battus, 2 c. à soupe de fromage blanc, le lait, la ciboulette.
 5. Poivrez à votre convenance.
 6. Mélangez bien la préparation.
 7. Lavez et épépinez les tomates cerises.
 8. Sur une table de cuisine, découpez votre jambon et les tomates en fines lanières.
 9. Ajoutez à présent les lanières de jambon et de tomates.
 10. Tranchez le saumon en fines lanières également, puis ajoutez-les à la préparation.
 11. Mélangez à nouveau.
 12. Répartissez la préparation dans 3 mini moules à cake en silicone.
 13. Enfournez-les et laissez cuire vos mini cakes pendant 25 min.