CAKE COURGETTE THON WAKAMÉ

Ingrédients

250 g de farine
1 sachet de levure chimique
4 oeufs
2 cs d'huile
10 cl de lait
2 cs de paillettes de wakamé
1 courgette
60 g de thon au naturel
60 g de dés de tomate
60 g d'emmenthal rapé
2 cs de graines de sésame grillées
Beurre
Sel, moulin 5 baies

Préparation :

Préchauffer le four à 180 °C.
Mélanger la farine, la levure chimique, les 2 cs d'huile, les 10 cl de de lait, une pincée de sel et les paillettes de wakamé préalablement réhydratées.
Éplucher la courgette une fois sur deux, la couper en mini cubes et les poêler quelques minutes dans un peu de beurre, un peu de sel et quelques tours de moulin 5 baies.
Ajouter à la pâte les dés de courgette, les dés de tomate, le thon émietté et l'emmenthal rapé. Bien mélanger.
Répartir la préparation dans un moule à cake beurré.

Cuisson :

Enfourner pour 25 à 30 min à 180 °C.

Recette tirée d'un magazine publicitaire proposée par Marie-Jo
Troc-recettes - pique-nique du 26.07.2019 à Porz Guyon : Lanmodez