

## GATEAU AU FROMAGE BLANC ET FRUITS ROUGES

**Pour 6 personnes. Préparation :** 15 min **Cuisson :** 40 min.

**Ingrédients :** 500 de fromage blanc 3% ou 0% ; 60g de maïzena ; 2 œufs ; 80g de sucre roux ou 40g de fructose ; 1 sachet de sucre vanillé ; 1 zeste de citron bio ; 100 à 150 de fruits rouges (frais ou surgelés) ; ½ sachet de levure chimique.



- Préchauffez le four à 180°C (thermostat 6). Couvrez un moule avec du papier sulfurisé. Versez les fruits rouges.
- Mélangez le fromage blanc avec les jaunes d'œufs, puis ajoutez la maïzena, la levure chimique, le sucre roux, le sucre vanillé et le zeste de citron. Fouettez bien cette préparation.
- Montez les blancs en neige et ajoutez-les délicatement à la préparation. Soulevez-la avec une spatule pour bien incorporer.
- Versez la pâte dans le moule afin de couvrir les fruits rouges. Enfourez pendant 40 minutes. Démoulez lorsque le gâteau aura refroidi et réservez au réfrigérateur 1 heure ou 2 avant de servir.

	Energie (kcal)	Protéines (g)	Lipides (g)	Glucides (g)
Total pour 1 pers	191	9	5	26

**Equivalence => 1 part = 1 càc de matières grasses + 1 portion ½ de féculents + 1 laitage**