



Les recettes de Margot

LES PRÉPARATIONS :

*Cake carotte/
raison sec/curry*



Mmmh ...

Ingédients

- 1 pot de 220g de préparation pour cake carotte/raisin/curry
- 3 oeufs
- 4 c à s d'huile d'olive
- 5 cl de vin blanc
- 100g de poulet



Les étapes à suivre

ÉTAPE 1 :

Verser le pot dans un saladier. Ajouter les œufs, l'huile d'olive et le vin blanc sec.

ÉTAPE 2 :

Mélanger. Ajouter 100g de poulet coupé en cube. Saler et poivrer.

ÉTAPE 3 :

Verser la préparation dans un moule à cake préalablement beurré. Faire cuire 30 à 45 min dans un four préchauffé à 180°C. Piquer pour vérifier la cuisson.

Suggestion : vous pouvez ajouter des pruneaux coupés en cube au moment d'ajouter le poulet.

Vous pouvez déguster !

*Retrouvez toutes les recettes de Margot sur notre site
www.lesgourmandisesdemargot.com*

ZA Dyna Ouest - 4 rue du Cerisier - BEAUPRÉAU - 49600 BEAUPRÉAU EN MAUGES Tél / 02 41 56 19 32 - Fax / 02 41 63 11 04 - contact@lesgourmandisesdemargot.com

Valeurs nutritionnelles pour 100g (Valeur calculées à l'aide des tables bibliographiques)

Valeurs énergétiques (kJ/kcal)	1379 kJ 327 kcal	Glucides	63 g
Matières grasses	1,53 g	dont sucres	15 g
dont		amidon	/
AG saturés	0,16 g	fibres alimentaire	/
AG mono insaturé	/	protéine	11 g
AG poly insaturé	/	sel	0,30 g

Produit fabriqué en France : 40 rue des confréries - 71530 Crissey - Tel : 03 85 93 65 69

Dénomination du produit: Préparation pour cake aux carottes déshydratées, raisins secs et curry

Nomenclature douanière :

Poids net : 220 g
Poids brut : 663 g
Code article:
Code barre:

Ingédients :

Farine de blé, carottes déshydratées >18%, carotte en poudre 9%, poudre à lever (pyrophosphate acide de sodium : E450i, bicarbonate de soude : E500ii, amidon de blé. Peut contenir des traces de soja, lait, sésame), raisins secs >2% (raisins, huile de coton), oignons, ail, curry (coriandre, curcuma, fenouil, sel, cumin, fenugrec, carvi, piment).

Durabilité : **12 mois**. À conserver à température ambiante, à l'abri de la chaleur, lumière et humidité. **Allergènes présent :** céréales contenant du gluten. Fabriqué dans un atelier qui utilise : céréales contenant du gluten, soja et produits à base de soja, lait et produits à base de lait, fruits à coque.