



# Les recettes de Margot

## LES PRÉPARATIONS :

### *Cake tomate/courgette*



Mmmh ...

## *Ingédients*

- 1 pot de 220g de préparation pour cake tomate/courgette
- 3 oeufs
- 4 c à s d'huile d'olive
- 5 cl de vin blanc
- 100g de gruyère râpé ou chèvre



## *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 gruyère râpé (ou fromage de chèvre sec ou mozzarella). Saler et poivrer. Verser la préparation dans un moule à cake préalablement beurré.

### ÉTAPE 3 :

Faire cuire 30 à 45 min dans un four préchauffé à 180°C. Piquer pour vérifier la cuisson.



Suggestion : vous pouvez servir avec une salade et une sauce tomate.

*Vous pouvez déguster !*

Retrouvez toutes les recettes de Margot sur notre site  
[www.lesgourmandisesdemargot.com](http://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)	1327 kJ 314 kcal	Glucides	596 g
Matières grasses	1,90 g	dont sucres	12 g
dont AG saturés	0,24 g	amidon	/
AG mono insaturé	/	fibres alimentaire	/
AG poly insaturé	/	protéine	13 g
		sel	0,09 g

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

Dénomination du produit: <b>Préparation pour cake aux légumes déshydratés et poudre de courgettes</b>
<u>Nomenclature douanière :</u>
Poids net : 220 g
Poid brut : 663 g
Code article:
Code barre:

### **Ingédients :**

Farine de blé, légumes déshydratés 23% (tomates, courgettes. Légumes en quantités variables), courgette 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), oignons, ail, herbes de Provinces (romarin, thym, origan, basilic).

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.