



Cake épinard & feta aux graines

Par La Popotte sans chichis



Ingédients

240 g d'épinards surgelés ou crus

180 g de farine

150 g de feta

3 œufs

12 cl de lait entier

9 cl de crème liquide

5 cl d'huile d'olive

5 cl d'huile neutre

1 sachet de levure chimique

6 feuilles de basilic

3 cuil à soupe de graines (tournesol, lin, sésame, courge,...)

1 échalote

1 gousse d'ail

Sel, poivre

Les épinards

Dans une casserole faire cuire les épinards avec votre échalote émincée et votre gousse d'ail pelée et dégermée.

Ajoutez un filet d'huile d'olive.

Il est important que vos épinards suent bien pour ne pas apporter trop d'humidité au cake.

Réservez.

Le cake

Dans le bol de votre robot ou dans un saladier, mélangez les œufs, le lait, la crème, les huiles, la farine, la levure chimique.

Ajoutez le basilic ciselé, les épinards et 2 cuil à soupe de graines. Puis la feta émiettée.

Salez légèrement (la feta apporte déjà du sel), poivrer.

Vrsez dans un moule à cake chemisé. Saupoudrez la dernière cuillère de graine sur le cake.

Enfournez dans un four préchauffé à 200°C pendant 10 min.

Au bout de ces 10 min, entaillez le cake sur toute la longueur sur 1 cm de profondeur avec un couteau à la lame graissée.

Poursuivre la cuisson pour env. 30 min à 180°C.