

Cake saumon courgette



Ce *cake* je l'avais proposé à mes invités pour l'apéritif. Il pourra également convenir pour un repas du soir accompagné d'une bonne salade verte.

Je n'ai rien changé à la recette et c'était parfait.

Source : [miam...maman cuisine](#)

- 250 gr de saumon frais
- 1 grosse courgette
- 100 ml de lait ½ écrémé
- 100 ml de crème fraîche
- 200 gr de farine
- 3 œufs
- 50 ml d'huile d'olive

- 1 cc d'huile d'olive
- 1 sachet de levure chimique
- estragon
- sel, poivre

Emincer la courgette grossièrement.

Faire chauffer 1 cc d'huile d'olive dans une sauteuse et y faire revenir la courgette. Saler, poivrer.

La faire cuire à feu doux, il ne doit plus y avoir d'eau rendue par la courgette dans la sauteuse.

Réserver.

Battre les œufs en omelette, ajouter le lait, la crème et l'huile, saler et mélanger bien le tout.

Tamiser ensemble la farine et la levure et incorporer les à cette préparation.

Bien mélanger, la pâte doit être bien lisse.

Rajouter alors la courgette et l'estragon.

Rectifier l'assaisonnement.

Couper le saumon en dés.

Verser la moitié de l'appareil dans un moule à cake en silicone, puis la moitié des dés de saumon, puis recommencer une couche de chaque.

Enfourner pour 1h environ.

Laisser refroidir avant de démouler.

Il ne faut pas hésiter à saler généreusement voire à poivrer pour éviter que votre cake soit fade

Je vous rappelle pour conclure l'a dresse mail à laquelle vous pouvez m'envoyer les photos de vos réalisations:
carflaga@gmail.com

je me ferai une joie de les publier lors d'une prochaine mise à l'honneur

