



## LE CAKE VEGAN SANS SUCRE DE BRITTA

### ***Ingrédients***

*200 g abricots séchés*

*8 dattes séchées*

*3 bananes mûres*

*120 g farine d'épeautre*

*120 g de flocons d'avoine*

*1 pincée de sel*

*1 sachet poudre à lever*

*cannelle, curcuma, poivre*

### ***Préparation***

Couper les abricots en petits morceaux, puis mettre à tremper 10 minutes dans l'eau chaude, égoutter. Faire tremper les dattes 10 min. dans 1 dl d'eau chaude.

Mixer les bananes avec les dattes et l'eau des dattes jusqu'à ce que le tout donne un liquide homogène.

Mélanger d'abord farine, sel, poudre à lever et épices, puis ajouter le mélange bananes/dattes ainsi que les flocons d'avoine et bien mélanger.

Ajouter les abricots égouttés, puis verser la pâte dans un moule à cake tapissé de papier de cuisson.

Enfourner environ 35 min. à 200°C

### ***Le secret de Britta***

C'est la version « hiver ». En été on peut remplacer les abricots séchés par des framboises fraîches, des pruneaux, des abricots, des myrtilles, etc.

Pour donner au cake un côté « croquant » ajouter 2 cuillères à soupe de pavot à la pâte.