

recette sucrée

CARROT CAKE VEGAN, GLAÇAGE AUX NOIX DE CAJOU (SANS GLUTEN)

🕒 25 minutes

🕒 55 minutes

👥 8 personnes

Ingredients

Le carrot cake

270 g de carottes crues
75 g de cerneaux de noix
100 gde sucre de coco
70 gde sucre de bouleau (xylitol)
125 ml d'eau
2 cs. de graines de lin
125 g de farine de riz complet
75 g de farine de sarrasin complet
50 g de poudre d'amandes
1 sachet de poudre à lever sans gluten
1 cc. de cannelle
20 ml d'huile de noisettes
80 g de margarine végétale
1 pincée de sel
Une poignée de noix de pécan pour décorer

Le glaçage aux noix de cajou

150 g de noix de cajou
250 ml d'eau bouillante
200 ml de crème de cajou
30 g de sucre de bouleau (xylitol)
Le jus d'un citron vert

Préparation

Le carrot cake

Commencer par préparer le gel de lin. Dans une casserole, faire chauffer sur feu moyen à fort l'eau et les graines de lin durant une dizaine de minutes, jusqu'à ce que ces dernières libèrent leur mucilage. Une fois que la préparation devient «gluante», retirer du feu, filtrer le gel pour ôter les graines et laisser le placer dans le bol d'un robot ou dans un saladier.

Pour une version non-vegan, remplacer cette étape en utilisant 2 oeufs frais.

Dans le bol du robot ou dans le saladier, battre les sucres avec le gel de lin. Incorporer ensuite les farines, la cannelle en poudre, le sachet de poudre à lever et mélanger. Ajouter ensuite l'huile de noisettes et la margarine végétale. Battre à nouveau.

Préchauffer le four à 140 degrés.

Nettoyer les carottes et les raper entièrement. Pour ma part, j'ai utilisé mon extracteur de jus pour les réduire en purée, tout en récupérant le jus pour l'incorporer dans la préparation. Mixer grossièrement les noix au mixeur pour obtenir une poudre non-homogène. Incorporer ensuite les carottes râpées et les noix moulues dans le saladier avec le reste des ingrédients. Ajouter une pincée de sel et bien mélanger. Transvaser la pâte dans un moule rond recouvert de papier sulfurisé. Enfourner pour 55 minutes. Une fois le temps de cuisson écoulé, sortir du four et laisser complètement refroidir avant de démouler délicatement.

Le glaçage

Commencer par faire tremper les noix de cajou dans l'eau bouillante durant une quinzaine de minutes. Une fois le temps écoulé, bien égoutter les noix et les rincer à l'eau froide. Dans un mixeur, réunir les noix de cajou, la crème de cajou, le jus du citron vert et le sucre de bouleau. Mixer jusqu'à obtenir une crème parfaitement lisse et onctueuse. Transvaser la crème réalisée pour le glaçage dans une poche à douille et laisser reposer au frais une trentaine de minutes.

Le montage

Une fois le carrot cake cuit et refroidi, le couper en deux afin d'obtenir deux épaisseurs +/- identiques qui se superposent. A l'aide de la poche à douille, recouvrir l'une des deux épaisseurs de glaçage. Poser la deuxième épaisseur par-dessus. Recouvrir ensuite le dessus du carrot cake avec le reste de glaçage. Décorer avec quelques noix et réserver au minimum deux heures au frais afin que le glaçage prenne bien. Bonne dégustation !

