

DFM 930 CHAUD DEVANT 2017

« Les Bons petits plats de Francette »

Gâteau aux Pêches et au Mascarpone

Préparation : 30min, Cuisson : 30min, Pour : 8-10 personnes

Pour la pâte : 180g de beurre salé mou + un peu pour les moules, 180g de sucre roux, 180g de farine de Kamut*, 3 œufs, 1 sachet de levure chimique, 1 citron.

Pour la Crème : 200g de mascarpone, 10cl de crème liquide entière, 50g de sucre glace + un peu pour le service

Pour les Fruits : 4 pêches, 100 g de sucre roux, 10 brins de menthe.

Ustensiles : 2 moules à manqué de 20cm de diamètre.

Réalisation : Fouettez le beurre mou et le sucre au batteur électrique, ajoutez les œufs, le jus de citron puis la farine et la levure. Mélangez bien. Préchauffez le four le four à 180°C. Beurrez les deux moules à manqué puis répartissez la pâte. Enfournez les moules 25 min. Démoulez les gâteaux cuits pour les laisser refroidir.

Epluchez les pêches puis coupez-les en petit morceaux, faites les cuire avec le sucre pendant 5 min, ajoutez la menthe ciselée, mélangez puis laissez refroidir.

Fouettez le mascarpone avec la crème liquide et le sucre glace et tartinez toute la surface de l'un des gâteaux. Disposez la moitié des fruits refroidis puis recouvrez du deuxième gâteau. Ajoutez par-dessus le restant de fruits de fruits, poudrez de sucre glace.

Dégustez ou réservez au frais jusqu'au service.

*Le terme "Kamut" désignait le blé dans l'Égypte Ancienne. Le Kamut est une très ancienne variété de céréales, cultivée notamment en Égypte et en Mésopotamie dans l'Antiquité. Malgré certaines tentatives de réintroduction dans les années 50, elle a été pendant longtemps oubliée. Aujourd'hui toutefois, elle fait son grand retour. En effet, tous ses bienfaits l'ont réintroduite dans notre alimentation. Zoom sur cette graine aux vertus historiques. Origines du Kamut c'est une céréale appartenant à la famille des Poacées. Il était cultivé, il y a 5.000 ans en Mésopotamie, de l'Égypte au Golfe persique. Les premières traces de culture ont été retrouvées le long des rives du Tigre, de l'Euphrate et du Nil.

Quelques cultures de Kamut ont été entreprises dans le Montana dans les années 1950 puis cette plante est vite retombée dans l'oubli. Dans les années 1980, un ingénieur agronome retrouve ce grain et entreprend pendant 10 ans de le faire fructifier. Ainsi, le Kamut que nous consommons est exclusivement cultivé biologiquement dans le West-Saskatchewan, au Canada. Aliment idéal dans le cas d'un régime. Effets antifatique et anti-accidents cardiaques du Kamut, c'est une céréale pleine de ressources.