

CUP-CAKE MUMMY

Ou la rencontre insolite d'une pomme et d'une betterave afin de surprendre maman pour son jour de fête...

Ingrédients pour 6 cup-cakes

- 1 pomme
- 1 betterave
- 1 mangue fraîche ou une poignée de morceaux de mangues congelés
- 1 à 2 fleurs comestibles fraîches
- 10 dattes nour ou barhi
- 50g de noisettes entières ou en poudre
- 1 c. à soupe de caroube en poudre
- 2 c. à soupe d'huile de coco

Ustensiles

- un robot ménager comprenant comme accessoires :
 - une lame en S et une râpe à carottes
 - deux bols
- des moules à gâteaux individuels en silicone

Préparation

Tout d'abord, trempez vos dattes pendant une petite heure avant de commencer la recette. Si elles sont fraîches et que vous les conservez dans le réfrigérateur, vous pouvez vous passer de cette étape.

Lavez ensuite les fruits et le légume. Utilisez ensuite la râpe de votre robot pour émincez la pomme et la betterave. Puis de façon à peu près homogène, ajoutez au mélange obtenu (de fines allumettes rosées) les dattes dénoyautées, la caroube, les noisettes, l'huile de coco et repartez pour un tour de robot mais cette fois-ci, utilisez une lame en s (de préférence!).

Pour l'étape suivante, répartissez votre « pâte à gâteau » dans les petits moules choisis. Il existe beaucoup de formes différentes et pour cette journée spéciale, que pensez-vous de moule en cœur, en étoile, en fleur, etc, etc....

Laissez au congélateur une bonne demi-heure, prenez ce temps pour préparer votre sauce de mangue en mixant simplement le fruit.

Démoulez les petits cup-cakes, ajoutez la crème de mangue sur le dessus et posez une touche de tendresse en plantant une petite fleur...C'est prêt à éblouir !

Si cette recette vous plaît, craquez sur nos autres recettes [ici](#)