

Gâteau au panais, glaçage de yogourt à l'argousier



Recette de Julie Aubé et photo de Rachel Ouellette

Portions: 12

Temps de préparation: 20 minutes

Temps de cuisson: 45 minutes

Se congèle (sans la garniture)

Ingrédients

1 tasse (250 ml) de farine non-blanchie

1/2 tasse (125 ml) de farine intégrale

1/4 tasse (60 ml) de farine de sarrasin

2 c. à thé (10 ml) de poudre à pâte

2 c. à thé (10 ml) de nard des pinèdes moulu

1 pincée sel

2 tasses (500 ml) de panais râpés, mesuré légèrement tassé

4 œufs

3/4 tasse (175 ml) de sirop d'érable

3/4 tasse (175 ml) d'huile de tournesol

2 c. à soupe (30 ml) de jus d'argousier*

1 c. à soupe (15 ml) de miel

1 c. à soupe (15 ml) de gingembre local congelé, haché ou râpé finement

Glaçage de yogourt à l'argousier

1 pot de 500 g de yogourt fermier à l'érable (égoutté une nuit au frigo**)
1 c. à soupe (15 ml) de jus d'argousier*

Décoration

2 c. à soupe (30 ml) de graines de tournesol rôties, grossièrement hachées
Sucre ou pépites d'érable
Une grosse poignée de baies d'argousier congelées

Préparation

1. Préchauffer le four à 180°C (350°F) et placer la grille au centre.
2. Tapisser la base d'un moule à charnière de 9 po de papier parchemin.
3. Dans un bol, mélanger les farines, la poudre à pâte, le nard des pinèdes et le sel. Réserver.
4. Dans un grand bol, battre les œufs jusqu'à ce qu'ils moussent. Ajouter l'huile, le sirop d'érable, le jus d'argousier, le miel et le gingembre. Fouetter quelques minutes de plus.
5. Ajouter le panais râpé et le mélange sec. Plier délicatement jusqu'à ce que la préparation soit homogène.
6. Verser dans le moule et cuire 45 minutes, ou jusqu'à ce que le gâteau soit doré et qu'un cure-dent inséré au centre ressorte sec. Laisser refroidir avant de démouler.
7. Pendant ce temps, préparer le glaçage : dans un bol, mélanger le yogourt égoutté et le jus d'argousier. Glacer et garnir le gâteau lorsqu'il est complètement refroidi.

Quelques petites notes...

- *Jus d'argousier : Chauffer 1/3 tasse (80 ml) de baies d'argousier congelées au micro-ondes pour quelques secondes pour qu'elles s'attendrissent. Presser les baies avec le dos d'une cuillère dans un petit tamis pour extraire le jus. Vous obtiendrez les 3 c. à soupe (45 ml) nécessaires pour le gâteau et le glaçage. (Si vous en obtenez quelques millilitres de plus, buvez-le ou ajoutez-le à votre prochaine vinaigrette).
- **Pour égoutter le yogourt afin de l'épaissir, j'utilise un sac de coton réutilisable. On peut utiliser un filtre à lait de noix ou encore du coton fromage tapissé dans une passoire (on ajoute alors une pellicule plastique sur le yogourt pour empêcher qu'il sèche). Mettre la passoire dans un bol et laisser égoutter toute la nuit au frigo.

Lien vers la recette:

<https://cariboumag.com/2021/02/gateau-au-panais-glace-de-yogourt-a-largousier/>