



Gâteau aux fleurs

par Elisabeth Menzel

Pour 8 portions – végétarien, exempt de gluten et lactose

Ingrédients:

pour le fond:

200 gr de dattes dénoyautées
200 gr de noisettes, blanchies au choix
1 carotte de taille moyenne, env. 100 gr
1/2 càc de sel
1/2 càc de cannelle en poudre
1 càc de cacao en poudre
1 càs d'une huile neutre, par ex. de l'huile
de pépins de raisin ou d'amande

pour la crème:

500 gr de noix de cajou ou de brisures de
noix de cajou
1 citron bio
100 ml de jus d'agave épais ou d'un autre
édulcorant liquide
1 càc de sel
120 ml d'eau

pour décorer:

environ 2 poignées de fleurs comestibles, comme des soucis, de la lavande, des pâquerettes,
de la sauge, etc.

Alternative: des framboises, mûres, fraises, groseilles ou autres fruits au choix

Préparation:

1. Introduire les noix de cajou dans un grand bol. Ajouter une bonne quantité d'eau du robinet. Toutes les noix doivent être complètement recouvertes. Laisser ramollir pendant la nuit, afin de faciliter le travail.
2. Couvrir le fond d'un petit moule à gâteau (20 cm) de papier de cuisson. Serrer le bord, graisser très légèrement avec quelques gouttes d'huile neutre.
3. Laver la carotte et l'éplucher. Couper en morceaux d'épaisseur d'un doigt. Ajouter tous les ingrédients pour le fond, y compris les épices dans un robot de cuisine avec une lame en S ou dans un hachoir universel. Hacher jusqu'à ce que la masse commence à coller légèrement. Éviter d'écraser la masse ! Les morceaux devraient avoir la taille d'une graine de moutarde. Ajouter la masse dans le moule et la répartir à l'aide d'une cuillère à soupe ou d'une spatule. Bien comprimer pour former un fond uniforme. Placer le moule au congélateur.
4. Égoutter les noix de cajou dans une passoire. Rincer brièvement à l'eau et laisser égoutter. Ajouter ensuite les noix dans un robot de cuisine performant. Râper le zeste du citron bio et presser le jus. Ajouter les deux aux noix dans le mixeur. Ajouter les autres ingrédients. Écraser finement au niveau supérieur pour créer une masse velouteuse et crémeuse. Repousser à plusieurs reprises le mélange vers les lames. Conseil : vous pouvez confectionner le mélange par portions avec le mixeur ou le moulin de cuisine si vous n'avez pas de robot haute performance.
5. Sortir le moule du congélateur. Répartir la crème sur le fond et la lisser. Remettre le moule dans le congélateur. Laisser se refroidir le gâteau pendant deux à trois heures.
6. Étaler les fleurs, de préférence fraîchement récoltées sur un linge de cuisine propre pour que les insectes éventuellement présents puissent s'éloigner. Il vaut mieux ne pas les laver, car les fleurs vont se gâter rapidement. Détacher prudemment le gâteau du moule et le placer sur une plaque à gâteau. Décorer la crème avec les fleurs. Servir immédiatement.