

PRÉPARATION : 30 MINUTES

CUISSON : 50 MINUTES

16 PORTIONS



# GÂTEAU AUX CAROTTES

## INGRÉDIENTS

### GÂTEAU

4 œufs

2 tasses de Splenda<sup>MC</sup>  
ou le sucre

$\frac{3}{4}$  tasse d'huile de canola

1 c. à thé de vanille

2  $\frac{1}{2}$  tasses de farine

1 c. à thé de crème de tartre

1  $\frac{1}{2}$  c. à thé de bicarbonate  
de soude

$\frac{1}{2}$  c. à thé de cannelle

$\frac{1}{2}$  c. à thé de muscade

2 tasses de carottes râpées

### GLAÇAGE

$\frac{1}{4}$  tasse sucre en poudre

## Valeur nutritive

### PAR PORTION :

$\frac{1}{16}$  de la recette

### ÉQUIVALENCES RÉNALES :

1  $\frac{1}{2}$  éq. féculent (3 éq.)

Calories **217 Kcal (309)**

Protéines **4 g**

Glucides **21g (45g)**

Fibres **1 g**

Lipides **13 g**

Gras saturés **1.3 g**

Cholestérol **48 mg**

Sodium **147 mg**

Potassium **115 mg**

Phosphore **46 mg**

Les chiffres entre parenthèses indiquent les teneurs lorsque le gâteau est fait avec 2 tasses de sucre plutôt que du Splenda.

## PRÉPARATION

- 1 Préchauffer le four à 350 °F.
- 2 Dans un grand bol, à l'aide d'un batteur électrique, battre les œufs et le Splenda jusqu'à ce que le mélange pâlisse. Ajouter l'huile et la vanille, mélanger. Réserver.
- 3 Dans un bol, mélanger la farine, la crème de tartre, le bicarbonate de soude, la cannelle et la muscade. Incorporer à la préparation aux œufs. Ajouter les carottes.
- 4 Verser la pâte à gâteau dans un moule à cheminée. Cuire au four de 40 à 50 minutes ou jusqu'à ce qu'un cure-dent inséré au centre ressorte propre. Laisser tiédir le gâteau, démouler délicatement et laisser refroidir complètement.
- 5 Garnir de sucre en poudre.

Sur l'image, le gâteau est garni d'un glaçage:  $\frac{3}{4}$  tasse de sucre en poudre + 1  $\frac{1}{2}$  c. à soupe d'eau +  $\frac{1}{8}$  c. à thé de vanille +  $\frac{1}{4}$  c. à thé de cannelle