

GÂTEAU YAOURT-NOISETTES

 9 portions

INGREDIENTS

- 1 yaourt nature (125 g)
- 3/4 pot d'huile de noisette
- 3/4 pot sucre de coco
- 1/2 pot de farine de blé semi-complète
- 1/2 pot de poudre de noisettes
- 3 oeufs
- 1 sachet de levure chimique

COOKING METHOD

1° Tout mélanger et cuire 30min à 180°

NUTRITIONAL INFORMATION

	PER 100 g	PER PORTION (64 g)	% DRI
ENERGY	230 kcal	148 kcal	7 %
PROTEIN	7 g	4 g	9 %
CARBOHYDRATE	26 g	17 g	6 %
SUGARS	17 g	11 g	12 %
FAT	25 g	16 g	23 %
FATTY ACIDS, TOTAL SATURATED	3 g	2 g	9 %
FIBER	2 g	1 g	4 %
SODIUM	314 mg	202 mg	8 %