

Le Cake Courgette Feta Moelleux et Savoureux

Ingrédients nécessaires

- 3 courgettes moyennes (environ 600g)
- 200g de feta de qualité
- 3 œufs frais
- 150g de farine de blé
- 1 sachet de levure chimique
- 10cl d'huile d'olive
- 10cl de lait demi-écrémé
- 1 gousse d'ail hachée
- Quelques feuilles de menthe fraîche ciselée
- Sel et poivre du moulin

Étapes de préparation

- Préchauffez votre four à 180°C (th. 6).
- Râpez les courgettes avec une râpe à gros trous, puis pressez-les fermement dans un torchon propre pour extraire un maximum d'eau.
- Dans un grand saladier, fouettez les œufs avec l'huile d'olive et le lait.
- Incorporez progressivement la farine et la levure chimique jusqu'à obtenir une pâte lisse et homogène.
- Ajoutez les courgettes râpées, la feta émietée grossièrement, l'ail haché et la menthe ciselée.
- Assaisonnez avec une pincée de sel et de poivre, en gardant à l'esprit que la feta est déjà salée.
- Versez la préparation dans un moule à cake préalablement beurré ou chemisé de papier cuisson.
- Enfourez pour 45 minutes environ. La lame d'un couteau doit ressortir propre.

Astuces pour un résultat parfait

- L'étape de l'essorage des courgettes est cruciale pour éviter un cake trop humide ou détrempé.
- Pour une touche de croquant, ajoutez une poignée de pignons de pin torréfiés sur le dessus avant d'enfourner.
- Laissez reposer le cake 10 minutes dans le moule avant de le démouler sur une grille pour qu'il garde sa tenue.

- Ce cake est idéal servi tiède avec une salade verte croquante ou froid pour un pique-nique estival.