

PRÉPARATION : 10 MINUTES | CUISSON : 75 MINUTES | 12 PORTIONS

Cake à l'ananas et aux canneberges

INGRÉDIENTS

2 œufs de calibre gros

1 tasse de sucre granulé

½ tasse d'huile de canola

½ c. à thé d'extrait de vanille

1 ½ tasse de farine tout usage

1 c. à thé de bicarbonate de soude

¼ c. à thé de gingembre moulu

¼ c. à thé de cannelle moulue

½ tasse d'ananas broyé

1 tasse de canneberges surgelées

PRÉPARATION

1. Préchauffer le four à 350 °F. Vaporiser légèrement un moule à pain d'un aérosol de cuisson antiadhésif.
2. Dans un grand bol, fouetter les œufs, le sucre, l'huile de canola et l'extrait de vanille.
3. Dans un autre bol, mélanger la farine, le bicarbonate de soude, le gingembre et la cannelle.
4. Ajouter les ingrédients secs au mélange d'œufs et remuer jusqu'à ce que le tout soit homogène.
5. Incorporer délicatement l'ananas broyé et les canneberges surgelées.
6. Verser la pâte dans le moule à pain préparé.
7. Cuire au four 75 minutes, ou jusqu'à ce qu'un cure-dent inséré au centre en ressorte propre.
8. Laisser refroidir dans le moule avant de démouler. Envelopper de papier d'aluminium et conserver à température ambiante.

Valeur nutritive

Par portion : 1 tranche

Calories	**236 Kcal**
Protéines	**3 g**
Glucides	**32 g**
Fibres	1 g
Sucres	19 g
Lipides	**11 g**
Gras saturés	1 g
Cholestérol	**31 mg**
Sodium	**118 mg**
Potassium	**45 mg**
Phosphore	**32 mg**

À qui ça convient?

- ✓ **MRC sans dialyse**
- ✓ **Hémodialyse**
- **Greffe rénale***
- **Diabète****

* Non recommandé en raison de la teneur élevée en gras saturés.

** Non recommandé en raison de la teneur élevée en sucre.

Source: Osez les saveurs ! Numéro 36 ISSN 1918-302x Osez les saveurs !
© 2026 Communication ebmed Inc. Tous droits réservés. www.ebmed.ca
Pour plus de recettes, visitez www.osezlessaveurs.ca