



### **Cake au thon et à l'huile de tournesol**

Niveau de difficulté : facile

Temps de préparation : 15 minutes

Temps de cuisson :

Recette pour 4 à 6 personnes

#### **Ingrédients**

- 200 g de thon égoutté au naturel
- 100 g de farine
- 80 ml d'huile de tournesol
- 80 g de fromage râpé
- 2 cuillères à soupe de fécule de maïs
- 1 cuillère à soupe de levure chimique
- 1 cuillère à soupe de moutarde
- 1 cuillère à soupe de graines (tournesol, courge, lin, sésame...) et/ou noisettes grillées concassées
- 1 cuillère à café de curry en poudre
- Ciboulette fraîche émincée
- Sel et poivre

1. Dans un bol, émiettez le thon avec une fourchette, et ajoutez l'huile de tournesol et la moutarde.
2. Mélangez la fécule de maïs avec 4 cuillères à soupe d'eau pour former une pâte, et ajoutez-la au thon pour remplacer les œufs ici.
3. Mélangez dans un autre bol les ingrédients secs : farine, levure chimique, curry, sel et poivre, et ajoutez-les au thon, mélangez.
4. Enfin, ajoutez le fromage râpé type gruyère ou emmental, les graines ou noisettes, et la ciboulette émincée.
5. Versez la pâte dans un moule à cake et enfournez 40 minutes à four chaud 180° C.