GATEAU A L'ANANAS LIGHT

120 g de farine

1 sachet de levure

90 g de sucre roux

4 œufs

1 cuillère à soupe de rhum

15 cl de crème liquide très light

2 cuillères à soupe de caramel liquide

1 ananas (ou une boîte d'ananas au jus)

Préchauffer le four à 220°C (Th 7).

Mettre au fond d'un moule à manqué en silicone le caramel et l'étaler au pinceau.

Trancher l'ananas, disposer une partie des rondelles sur le caramel au fond du moule, couper le reste en petits dés.

Mélanger la farine, la levure et le sucre. Ajouter les œufs et fouetter. Ajouter la crème et le rhum, mélanger. Incorporer les dés d'ananas, puis verser dans le moule.

Enfourner pour 35 mn.

http://lamarmiteamalice.over-blog.com/