



Phase : **attaque, active, stabilisation**

Type: **dessert**

Recette: **clafoutis aux prunes**

Calories
145 par personne

Préparation
15 min

Cuisson
30 min

Ingrédients

Pour 6 personnes

- 75 gr de farine
- 450 gr de prunes dénoyautées
et coupées en deux
- 125 gr de yaourt de soja saveur vanille
- 3 œufs
- 50 ml de lait de soja vanille
- ½ cuillère à café de cannelle en poudre

Préparation

1. Préchauffer le four à 180°C
2. Battre les œufs
3. Ajouter le lait de soja et la cannelle
4. Incorporer délicatement la farine et mélanger un peu plus vigoureusement
5. Terminer en ajoutant le yaourt.
6. Verser dans un plat préalablement graissé
7. Disposer les prunes
8. Cuire pendant 30 min