

Simplissime clafoutis aux cerises sans gluten (vegan)

Quoi, encore un clafoutis ?! Il faut dire que sur mon blog, il y en a déjà un certain nombre...! C'est que le clafoutis, ce n'est pas aussi facile qu'on peut le penser. Et puis il existe différentes textures aussi. D'ailleurs, certains le préfèrent très ferme, d'autres moelleux, d'autres encore plus mou... C'est pourquoi, j'ai déjà essayé tout un tas de différentes versions, à base de lait de coco, de tofu soyeux, d'agar-agar, de yaourt au soja ou encore de blé (de gluten quoi). Tous ces ingrédients participent à la tenue du clafoutis. Aujourd'hui, je vous propose une recette de clafoutis aux cerises sans gluten, ma recette la plus aboutie.



Petit récapitulatif des recettes de clafoutis sur mon blog, du plus récent au plus ancien :

- [Clafoutis aux tomates cerise sans gluten](#), à base de tofu soyeux

- [Clafoutis aux figues, au lait de coco et à la farine d'amarante](#), à base de lait de coco
- [Clafoutis à la mûre, noisette et coco](#), à base de lait de coco et d'agar-agar
- [Clafoutis aux cerises et spéculoos](#), à base de tofu soyeux et d'agar-agar
- [Clafoutis sans oeuf et sans gluten au thé matcha et cerises](#), à base de yaourt au soja
- [Clafoutis carotte, cumin, coco sans gluten](#), à base de lait de coco (décidément !)
- [Clafoutis aux abricots, à la pistache et à l'épeautre sans oeuf](#), à base d'épeautre, de blé et d'huile (et donc contenant du gluten)

Car avec le clafoutis, il est bien question de texture. Avec ce dessert, on veut quelque chose de plus moelleux qu'un flan mais avec une certaine fermeté. C'est pourquoi la version originale contient des œufs, du beurre et parfois même de la crème fraîche, c'est dire. Le clafoutis est donc un challenge culinaire fort intéressant et c'est pourquoi je me suis prêtée au jeu de la végétalisation plusieurs fois. Par gourmandise, certes, mais aussi par réel désir de relever le défi.

Récemment, avec le retour des cerises, j'ai eu envie d'un bon clafoutis, sans gluten pour mon estomac fragile. J'ai fouillé mon blog puis mes placards : zut, pas de lait de coco, ni de yaourt soja et encore moins de tofu soyeux à portée de main...!!! C'est alors que je me suis souvenue que la simplicité est la base du clafoutis. Est alors né ce simplissime clafoutis aux cerises sans gluten, ferme et savoureux, au léger goût d'amande, j'adore !



Simplissime clafoutis aux cerises sans gluten

Ingrédients pour 4 personnes :

- 30 g de purée d'amande complète (ou, à défaut, de purée d'amande blanche)
- 200 ml de lait végétal au choix
- 40 g de sucre blond ou complet
- 30 g de fécule de maïs ou d'arrow-root
- 50 g de poudre d'amande
- 1 c. à café de vanille liquide ou moulue
- 30 g de farine de riz blanc ou semi complet
- 10 g de farine de sarrasin
- 250 g de cerises, lavées et non dénoyautées (pour une question d'humidité)

Déroulement de la recette :

1. Préchauffer votre four à 200° (th.6-7).
2. Délayer la purée d'amande avec le lait végétal, dans un saladier.
3. Ajouter le sucre, la fécule et la poudre d'amande ainsi que la vanille et mélanger au fouet.
4. Verser la farine en pluie et mélanger à nouveau, de sorte à obtenir une préparation lisse et homogène.
5. Verser dans un moule légèrement huilé de 18 cm de diamètre.
6. Ajouter les cerises.
7. Enfourner 30 minutes.
8. Bien laisser refroidir avant de servir, voire même placer au réfrigérateur 1 à 2 heures pour un dessert bien frais.

Astuces :

- Vous pouvez remplacer la farine de riz blanc et la farine de sarrasin par 40 g de farine de riz complet, voire même de la farine de blé T55 pour un dessert avec gluten.

- Vous pouvez opter par d'autres fruits : poires, pommes, pêches, figues, abricots, mûres, prunes, mirabelles (mon préféré !)... Attention cependant : si vous optez pour des fruits acides, utilisez de l'arrow-root et non de la féculé de maïs qui elle ne tolère pas très bien l'acidité.
- La vanille peut être remplacée par du rhum ou de l'extrait d'amande amère.

Conservation : Ce clafoutis se conserve au réfrigérateur 3 à 4 jours. Par ailleurs, il supporte bien la congélation s'il est réalisé avec de l'arrow-root et non de la féculé de maïs. Dans ce cas, il faudra veiller à bien l'emballer et le sceller, et à le décongeler plusieurs heures au réfrigérateur ou quelques minutes au four.

[themoneytizer id=13364-16]