

Pain aux zucchinis

- 2 œufs
 - ½ tasse d'huile d'olive
 - ½ tasse de sucre de canne biologique
 - 1 c. à thé de vanille
 - ½ c. à thé de cannelle moulue ou une autre épice
 - 1 ½ tasse de farine de kamut biologique
 - ½ c. à thé de poudre à pâte
 - ½ c. à thé de sel de mer
 - ¼ c. à thé de bicarbonate de soude
 - 1 ½ à 2 tasses de zucchinis râpés, non égouttés (biologique bien-sûr!)
 - ½ de brisures de chocolat mi-sucré (j'y avait mis du chocolat noir biologique)
1. Préchauffer le four à 350 F
 2. Huiler et fariner un moule à pain
 3. Dans un bol, mélanger les œufs, ajouter le sucre, l'huile, la vanille, la cannelle et mélanger jusqu'à ce que la consistance soit homogène
 4. Ajouter les zucchinis râpés
 5. Dans un autre bol, mélanger la farine, la poudre à pâte, le sel, le bicarbonate de soude.
 6. Incorporer au premier mélange en réservant une partie de la farine pour enrober les brisures de chocolat
 7. Ajouter les brisures de chocolat, mélanger
 8. Verser la préparation dans le moule et cuire au four 35 minutes ou jusqu'à ce qu'un cure-dent piqué au centre du pain en ressorte propre
 9. Démouler le pain aux zucchinis sur une grille et laisser refroidir.

La recette originale est une gracieuseté de Josée Di Stasio. Les modifications sont une gracieuseté de Martine.

Bonne dégustation!

Bonne santé!



Martine Pronovost
Naturopathe et hygiéniste du côlon
(514) 839-7386