Recettes

{{ splat | term }}

Toutes les recettes

Pain aux graines

pain sans gluten mag 25

Imprimer

Commenter

Préparation: **15 min**

Ingrédients
Pour 8 personnes

- 150 g de farine de riz
- 150 g de farine de sarrasin
- 30 g de poudre d’amande
- 1 c. à s. bombée de psyllium blond
- 2 c. à c. de charbon actif
- 1 c. à s. de sel
- 1 c. à c. de bicarbonate de sodium
- 2 œufs, à température ambiante

- 2 c. à s. d’huile d’olive
- 1 c. à s. de vinaigre de cidre
- 25 cl d’eau à température ambiante
- Graines de courge, tournesol, lin, pavot

1. Remplissez un quart de la cuve du Vitaliseur d’eau et portez à ébullition.
2. Mélangez tous les ingrédients secs puis, dans un second bol, les ingrédients humides. Rassemblez les deux préparations et ajoutez les graines.
3. Versez la pâte dans le moule du Vitaliseur préalablement huilé. Déposez le moule sur le tamis du Vitaliseur pour 50 minutes de cuisson.
4. Attendez 30 minutes avant de démouler le pain.
5. Laissez-le sécher sur une grille.

Voici un magnifique pain sans gluten au Vitaliseur. Il a été imaginé par Jenny de la page Des Papilles qui Pétillent pour le magazine 95° #25 spécial burgers et tartines. Vous pouvez découper et congeler des tranches de ce pain. Vous pourrez alors les passer 1 minute au grille-pain avant de les déguster.

Vous allez aussi aimer ...

Soufflés au chocolat

Flans de carottes nouvelles au pesto de fanes

Wok d’asperges au gingembre

Victoria sponge cake aux fraises