

Pain d'épices

Informations nutritionnelles :

- ⊖ lactose
- ⊖ gluten

Ingrédients : pour un moule de 20x 10x 7cm

- ✓ 100g de farine de riz
- ✓ 100g de farine de sarrasin
- ✓ 50g de farine de châtaignes
- ✓ 25g de sucre de canne
- ✓ 1 sachet de levure
- ✓ 2cc d'épices à pain d'épices
- ✓ 2 œufs
- ✓ 40g de mélasse
- ✓ 210g de miel
- ✓ 80g de lait végétal



Préparation :

1. Mélangez tous les ingrédients secs avec les œufs
2. Faites fondre le miel et la mélasse avec le lait dans une casserole à feu doux
3. Une fois fondu, ajoutez ce mélange à la première préparation en mélangeant bien de façon à obtenir une préparation homogène
4. Versez votre pâte dans le moule préalablement chemisé et enfournez le pain d'épices 1h15 à 160°C chaleur tournante.