

Recette anti-gaspi : gâteau au pain rassis sans gluten ni lactose

Comme il est dommage de jeter un reste de [pain sans gluten](#), malheureusement cela arrive car les pains sans gluten se conservent souvent moins bien que ceux à la farine de blé et au levain.

Alors pourquoi ne pas transformer ce pain rassis en gâteau de choix ? Gâteau pas très présentable certes, mais qui est parfait pour un petit déjeuner ou un goûter. Il est aussi facilement transportable, donc pour un petit encas sur le pouce pensez-y.

C'est un bon truc pour transformer « un déchet » potentiel en le valorisant. A ce propos, je me suis servi des peaux d'orange pour faire de [délicieuses orangettes dont vous trouverez la recette ici](#). Cette fois je passe au gâteau de pain rassis. Ma mère en préparait quand j'étais petite. J'ai eu envie de réessayer en l'adaptant en sans gluten. Et ça fonctionne tout aussi bien qu'avec du gluten.

Vous pouvez y ajouter des fruits séchés de votre choix et utiliser différents laits végétaux. Vous pouvez aussi ajuster la quantité de sucre en fonction de vos goûts. Ici par rapport à la recette classique j'ai diminué d'un tiers déjà. Mais on pourrait encore diminuer le sucre, surtout quand on utilise des fruits secs. Vous ferez à votre convenance.

Recette de gâteau au pain rassis sans gluten ni lactose

- Recette sans gluten
- Recette sans lactose
- Recette bio

Dessert

Pour 8 personnes

Temps de préparation : 10 min

Temps de cuisson : 40 min

Ingrédients

- 300 g de pain rassis sans gluten
- 100 g de raisins secs
- 600 ml de lait de noisettes
- 3 œufs
- 100 g de sucre de canne blond
- ½ cuil. à café de cannelle (facultatif)
- Huile d'olive pour le moule

1. Coupez le pain rassis en morceaux, déposez-les dans un saladier. Ajoutez les raisins secs.

2. Faites chauffer le lait de noisettes et versez sur le pain rassis. Couvrez avec un couvercle et laissez reposer une heure.
3. Préchauffez votre four thermostat 6 ou 180°C.
4. A l'aide d'une grosse cuillère mélangez le pain rassis qui a ramolli. Vous allez obtenir un genre de bouilli.
5. Cassez les œufs, ajoutez-les. Ajoutez le sucre et la cannelle et poursuivez le mélange.
6. Huilez un plat à gratin et versez la préparation.
7. Enfournez pour 40 minutes environ.
8. Ce gâteau au pain rassis se déguste tiède ou froid.

Le conseil de Karen

Voir aussi :

[Que faire avec l'Okara \(résidu des laits végétaux\)](#)

[Que faire avec les fibres de l'extracteur de jus](#)