

Recette de pain sans gluten au sarrasin

- Recette végétarienne
- Recette sans gluten
- Recette sans lait



Temps de préparation : 10 min

Temps de cuisson : 50 min

Ingrédients

- 100 g de farine de sarrasin
- 80 g de farine de riz
- 70 g de fécule de maïs
- 20 cl d'eau
- 10 cl d'huile d'olive
- 3 cuillères à soupe de graines de lin
- 2 œufs
- 4 g de levure de boulanger
- 1 cuillère à café de sel

1. Faites tremper les graines de lin.
2. Pendant ce temps séparez les blancs des jaunes d'œufs. Montez les blancs en neige avec la cuillère à café de sel, réservez.
3. Mélangez les 2 farines et la fécule de maïs. Faites un puits mettez-y les jaunes d'œufs et l'huile d'olive. Bien mélangez, ensuite délayez avec l'eau petit à petit.
4. Incorporez délicatement les blancs en neige avec une spatule.
5. 2 solutions pour les graines de lin, soit vous pouvez les mélanger à la pâte, ou les ajouter au dessus du pain (ce que j'ai choisi).
6. Faites cuire 50 min au cuit vapeur.

Le conseil de Karen

A servir avec une belle trainarde de légumineuse ! :) [Cuisson basse température](#)