



## Pain sans gluten au Vitaliseur

- 150gr de farine de sarrasin
- 50gr de farine de souchet ou châtaigne
- 50gr de farine de lupin
- 25gr de levain de sarrasin ou quinoa
- 1cc de Mix Gom, gomme xanthane ou gomme de guar
- 2CS de psyllium
- 1CS de sel de Guérande
- 2CS de vinaigre non filtré
- 2CS d'huile d'olive
- 450gr d'eau tiède
- 50gr de graines à choix : tournesol, courge, pavot ou sésame (mélangées ou non)



Laisser lever 45 min, dans un four à 40° ou 2heures^.

Mettre à cuire dans le Vitaliseur pour 45 min. environ, tester la cuisson avec un couteau si la lame ne ressort pas sèche, poursuivre.

Remplissez un tiers de la cuve du Vitaliseur d'eau et portez à ébullition.

1. Dans un bol, mélanger les farine, le levain sans gluten, le Mix Gom, le psyllium, le sel de Guérande.
2. Ajouter le vinaigre, l'huile et les 450gr d'eau tiède, la pâte ne doit pas être trop liquide
3. Ajouter les graines.
4. Versez dans le moule à cake préalablement graissé.
5. Laisser lever 45 min, dans un four à 40° ou 2 heures à température ambiante.
6. Remplissez un tiers de la cuve du Vitaliseur d'eau et portez à ébullition.
7. Mettre à cuire dans le Vitaliseur pour 45 min. environ, tester la cuisson avec un couteau si la lame ne ressort pas sèche, poursuivre.
8. Laissez refroidir 30 minutes avant de démouler délicatement le pain et le poser sur une grille.
9. Le pain se garde facilement une semaine, à température ambiante ou au frigo.  
Il peut être passé au grille-pain ou au four pour l'effet croustillant.

