



Pain sans gluten façon “pistolets allemands”

- 200g de poudre d'amandes ou d'amades moulues par vous
- 260g de graines de potiron/courge moulues par vous
- 200g de farine de riz
- 85g de graines de tournesol
- 3càs de poudre de psyllium (fibre alimentaire, en magasin bio)
- 3càs d'herbes aromatiques séchées (j'adore l'origan)
- 2càs de graines de chia
- 600ml d'eau
- 1 cac de sel

Mélangez tous les ingrédients et laissez reposer une heure.

Séparez en 8 parts et formez 8 boules que vous incisez en croix
Mettez au four 2h à 150°C.

La cuisson dépend du four, de la qualité des graines...
Ce pain étant très dense et compact, il ne seche pas facilement.

Je fais cela le soir (mon four s'éteint tout seul après 2h) et je laisse sécher les pistolets toute la nuit dans le four...

parfois je redonne un petit coup de chaud le matin (10 min à 180°)
ou je coupe les pistolets en 2 et les dépose sur mon grille pain

Ce pain se conserve facilement une semaine dans une armoire

Bon appétit