

**Galette aux pommes sans
gluten façon "apple pie"
(vegan)**

**Galette aux pommes sans gluten
façon "apple pie"**



Ingrédients pour 6 à 8 personnes :

Pour les pommes :

- 50 g d'huile de coco (ou, à défaut, de margarine végétale)
- 20 g de sirop d'érable (ou, à défaut, de sirop d'agave)

- 1 c. à soupe de cannelle moulue
- 1 kg de pommes (Reinette, Golden, Pink Lady...)

Pour la pâte :

- 120 g de farine de riz complet
- 120 g de farine de sarrasin
- 110 g de farine de teff, de millet ou de manioc
- 30 g de fécule de maïs ou d'arrow-root
- 30 g de sucre blond ou complet
- 1 petite c. à café de bicarbonate alimentaire
- 1 pincée de sel
- 100 g d'huile d'olive ou d'huile végétale neutre (pépins de raisin ou tournesol)
- 200 ml de lait végétal au choix

En option : 1 fève (1 noix du Brésil, 1 noisette, 1 amande...)



Déroulement de la recette :

1. *Préparer les pommes* : faire fondre rapidement l'huile de coco avec le sirop d'érable et la cannelle dans une sauteuse.
2. Laver les pommes et les détailler en lamelles de 3 mm

environ (à la mandoline, ça va vite !). Les faire cuire dans la sauteuse sur feu moyen et à couvert pendant 15 minutes. Avec l'aide d'une cuillère en bois, écraser les lamelles de pommes de sorte à les hacher grossièrement. Laisser refroidir.

3. *Préparer la pâte* : dans un saladier, combiner les trois farines, la fécule, le sucre, le bicarbonate et le sel.
4. Incorporer l'huile d'olive et le lait végétal et mélanger jusqu'à obtenir une boule de pâte.
5. Diviser la pâte en deux morceaux de même poids (pour information, la boule de pâte fait 740 g, ce qui fait 370 g divisé par deux).
6. Déposer le premier pâton sur une feuille de papier cuisson et l'étaler au rouleau, en un disque de 28 cm de diamètre. Déposer le second pâton sur une feuille de papier cuisson et l'étaler au rouleau, en un disque de 28 cm de diamètre.
7. Garnir le premier disque de pâte de pommes, en veillant à laisser le maximum de jus dans la sauteuse. Déposer la fève sur l'appareil si nécessaire.
8. Délicatement, déposer le second disque de pâte sur les pommes.
9. Bien sceller les bords de la galette avec vos doigts. Le jus des pommes va vous aider à faire cela. Former des épis avec un couteau, puis badigeonner la tourte d'un peu de jus des pommes.
10. Enfourner 20 à 30 minutes (25 minutes chez moi) à 200° (th.6/7). Le temps de cuisson peut varier en fonction des fours.
11. Laisser tiédir avant de déguster.

Notes :

- On peut tout à fait remplacer les pommes par d'autres fruits, comme de la poire, ou encore un mélange de fruits. On peut également ajouter de la noix de coco

râpée, des pépites de chocolat, des noix de Grenoble ou de Pécan...

- Libre à vous de garnir votre galette d'un appareil à l'amande, façon frangipane, dont vous trouverez la recette [sur mon blog également](#).
- Vous pouvez préparer votre dessert la veille et le réchauffer légèrement au four avant de le servir.



[themoneytizer id=13364-16]