

**Pain sans gluten aux poivrons
marinés ou aux tomates
séchées (vegan)**

**Pain sans gluten aux poivrons
marinés ou aux tomates séchées**



Ingrédients pour 1 gros pain :

- 300 g de farine de riz complet
- 100 g de farine de sarrasin
- 100 g de poivrons marinés ou de tomates séchées
- 100 g de fécule de maïs diluée dans 150 ml d'eau
- 250 ml d'eau tiède
- 2 c. à soupe d'huile d'olive
- 1 c. à soupe de sucre blond ou complet
- 2 c. à café de levure sèche de boulanger sans gluten
- 2 c. à café de poudre levante sans gluten
- 1 c. à café de sel
- 1 c. à café de bicarbonate alimentaire
- 2 c. à café de gomme de guar

Déroulement de la recette :

1. Dans votre machine à pain, verser dans cet ordre : la fécule de maïs diluée dans l'eau, l'eau tiède, l'huile d'olive, le sel, le sucre, le bicarbonate, la poudre levante, la gomme de guar, la levure sèche, la farine de riz et la farine de sarrasin. Ajouter en dernier les poivrons marinés ou les tomates séchées coupé en petits morceaux.
2. Au choix : lancer votre machine à pain et attendre que le pain pétrisse puis cuise.
3. Ou bien pétrir et laisser gonfler votre pâte à la machine à pain, grâce au programme "pâte" ou "pâtes levées". Préchauffer alors votre four à 200° (th.6-7) et déposer votre pâte (vous avez la possibilité de faire un gros pain ou plusieurs petits pains si vous divisez la pâte) sur une plaque recouverte de papier sulfurisé.
4. Cuire 40 minutes.
5. Bien laisser refroidir avant de déguster.

Note : Pour une version sans machine à pain, mélanger d'abord la levure avec l'eau et laisser reposer 15 minutes. Mélanger ensuite les ingrédients secs d'un côté et les ingrédients humides de l'autre. Combiner, verser dans un moule à cake légèrement huilé et laisser lever jusqu'à 2h à l'abri des courant d'air. Cuire ensuite 40 minutes à 200° (th.6-7).



[themoneytizer id=13364-16]