

Petits pains moelleux à la farine de glands

Ingrédients

200 g de farine de sarrasin

100 g de farine de glands

300 ml d'eau

1 bonne pincée de sel

2 c. à s. d'huile de tournesol

½ c. à c. de bicarbonate de soude

1 c. à s. de vinaigre de cidre (*Durant la cuisson, le bicarbonate agit avec le vinaigre. Ce mélange permet de remplacer la levure chimique.*)

Préparation

Préchauffer le four à 180 °C.

Mélanger les farines, le bicarbonate de soude et le sel.

Faire un puits et y verser l'huile, l'eau et le vinaigre. Bien mélanger et former des pâtons à la cuillère.

Placer les pâtons sur une plaque de four et laisser cuire environ 25 mn.

Recette : Le Bonheur est dans la nature, chroniques d'une naturopathe écolo
(lebonheuredanslanature.fr)