

PAIN D'ÉPICES AUX SON D'AVOINE & DE BLE

Pour 1 pain d'épices dans un moule de 24 cm



200 g de miel
50 g de beurre demi-sel
225 g de farine de seigle
50 g de son d'avoine
2 cuillères à soupe de son de blé
1 cuillère à soupe rase d'épices à pain d'épice
1 sachet de poudre à lever sans phosphate
30 cl de lait d'avoine

Préchauffer le four à 180°C.

Faire chauffer, à feu doux, le miel avec le beurre demi-sel.

Dans un saladier, mélanger le son d'avoine, le son de blé avec les épices à pain d'épice, la poudre à lever sans phosphate, la farine et le lait d'avoine, puis ajouter le miel et le beurre tiédis.

Bien mélanger le tout puis verser la pâte dans un moule à cake en silicone ou tapissé de papier sulfurisé ou beurré.

Faire cuire pendant 45 min.

Garder enveloppé dans un papier d'aluminium une fois refroidi.