

PAIN SANS RIEN AUX FRUITS ROUGES

(sans beurre, sans œuf, sans lait, sans sucre, sans gluten)

Pour 1 cake (6 à 8 personnes)

Préparation : 10 min

Cuisson : 30 min



- 120 g de flocons d'avoine**
- 50 g de farine de châtaigne**
- 50 g de farine de riz**
- 1 cuillère à café rase de poudre à lever**
- 250 ml de jus de pommes**
- 50 g de fraises déshydratées coupées en 2 ou 3**
- 50 g de cerises déshydratées**
- 50 g de canneberges séchées**
- 20 g de graines de tournesol**
- 20 g de graines de sésame pour recouvrir le cake**

- 1 Mélanger les flocons d'avoine avec les 2 farines et la poudre à lever. Mélanger et ajouter le jus de pomme afin d'obtenir une pâte épaisse mais quelque peu fluide.
- 2 Ajouter tous les fruits secs sauf les graines de sésame et bien mélanger.
- 3 Verser dans un moule à cake en silicone de 24 cm (pas besoin de beurrer le moule).
- 4 Parsemer le dessus de la pâte de graines de sésame.
- 5 Enfourner à four préchauffé à th 6 (180°C) pendant 30 min.
- 6 Démouler et déguster encore tiède ou froid.