



 SANS GLUTEN

PAIN, BAGUETTE & PISTOLETS

INGRÉDIENTS

1 kg de farine sans gluten
40 g de levure fraîche
700 ml d'eau froide

RECETTE PAIN

- Versez tous les ingrédients dans la cuve d'un pétrin. Pétrissez-les pendant 7 minutes.
- Couvrez la pâte et laissez-la lever 60 minutes à température ambiante.
- Optez pour le temps et la température de cuisson d'un pain ordinaire.
- Faites cuire le pain dans un four à vapeur ou humectez-le avant de l'enfourner.

RECETTE BAGUETTE

- Roulez 200 à 250 g de pâte à pain en une saucisse de \pm 40 cm.
- Couvrez la pâte et laissez-la lever 1 h sur une plaque de cuisson.
- Humectez avec un pulvérisateur ou un pinceau et incisez 3 à 4 fois la partie supérieure avec un couteau tranchant.
- Faites cuire 20 minutes dans un four à 220 °C.

RECETTE PISTOLETS ET PICCOLOS

- Divisez la pâte en portions de 50 g. Façonnez des petites boules régulières, ou des petites saucisses de \pm 10 cm pour les piccolos.
- Disposez sur une plaque de cuisson, couvrez et laissez lever.
- Après 1 h, humectez les petits pains avec un pulvérisateur ou un pinceau.
- Faites cuire 15 minutes dans un four à 220 °C.

