

# PETITS PALETS

SANS GLUTEN, SANS OEUFS, SANS LAIT ANIMAL

125 gr de farine de châtaigne  
125 gr de farine de riz  
50 gr de poudre d'amandes  
100 gr d'huile ... pour ma part de l'huile d'olive  
5 cuillères à soupe de lait de riz  
1 cuillère à soupe de miel ou de sirop de riz  
1 sachet de poudre à lever sans gluten

Mélanger les farines avec la poudre d'amande et la poudre à lever

Ajouter l'huile et bien mélanger

Ajouter le sirop de riz ou le miel

Ajouter le lait de riz.

Il faut que la pâte fasse une boule comme pour une pâte à tarte. Si cela ne s'amasse pas, rajouter du lait petit à petit en attendant entre chaque ajout que la réaction chimique se fasse et que cela ait une chance de s'amasser.

Roulez la pâte en un rouleau d'environ 5cm de diamètre

Laisser reposer au réfrigérateur

Découpez le rouleau en palets et le poser sur votre plaque.

Vous pouvez y ajouter des pastilles de chocolat ou des fruits séchés si l'envie vous en prend.

Faites cuire 15mn à four chaud et laissez refroidir avant de déguster (les farines chaudes sont moins digestes)

Bon appétit ...

P'tite fleur de bitume 