Bezglutenowy chleb alergików

dkrzew

Polecane na: **pieczywo**

Kuchnia (region): **polska**

Warto wiedzieć:

70 min | łatwy | 1 porcja

Składniki:

- ekologiczna kasza gryczana niepalona - 1/3 szklanka
- ekologiczna kasza jaglana - 1/3 szklanka
- ekologiczna biała komosa ryżowa - 1/3 szklanka
- siemię lniane - 3 łyżka
- olej kokosowy - rozpuszczony - 3 łyżka
- ekologiczny słód ryżowy - 1 łyżeczka
- cytryna - sok - 1 łyżeczka
- soda oczyszczona - 1/2 łyżeczka
- sól morska lub himalajska - 1/2 łyżeczka

Dodatkowe info:

Najlepszy bezglutenowy, bezdrożdżowy chleb , jaki udało mi się upiec - polecam

Sposób przygotowania:

KROK 1: Kasze płuczemy i namaczamy na noc, następnie odcedzamy pozostałą wodę i wrzucamy do blendera. Rozpuszczamy olej kokosowy i dodajemy do kasz oraz wszystkie pozostałe składniki: siemię , słód, sodę, sok z cytryny i sól. Całość blendujemy do uzyskania dość gęstej ale elastycznej masy, która następnie przekładamy do „keksówki” wyłożonej papierem do pieczenia.
Pieczemy około 60 minut, w temperaturze 220C.
gotowe - SMACZNEGO!!!