FARZ FOURN

(Far breton au four)

Ingrédients

6 à 8 personnes

90 g farine de riz/millet

60 g fécule de pomme de terre

45 g sucre blond

30 cl boisson végétale de chanvre

3 càs crème d'amande

300 g pruneaux (facultatif)

1 sachet de sucre vanillé

Moule à tarte ou plat Ø 18 cm

Préparation

Pour commencer, préchauffez le four à 200°C (thermostat 6)

Dans un saladier mélanger le sucre, la farine, la fécule, la crème et le sucre vanillé

Porter à ébullition la boisson végétale

Incorporer la boisson végétale chaude en fouettant énergiquement, jusqu'à obtention d'une pâte homogène

**Ajouter les pruneaux DENOYAUTES (vous pouvez évidemment le déguster nature -ce qui est d'ailleurs plus traditionnel- ou avec des pommes)*

Huiler un plat passant au four et y verser la pâte

Enfourner à 200° C

Lorsque la pâte commence à gonfler, réduire à 180° et laisser cuire une ½ heure,

Servir et déguster chaud !

Bon appétit !

Morgane Mj Allenbach – ZeroGlutenVegeBrest

mj.mcallen.vege.glutenfree@gmail.com zeroglutenvegebrest@gmail.com

Sites : **0-gluten-vege-brest.weebly.com** https://www.flickr.com/photos