



## Recette : Pain baguette sans gluten

sans gluten, sans produits laitiers (sans caséine),  
hypotoxique et végétalien.

Par : Caroline Roy



*\* POUR RÉALISER CETTE  
RECETTE, VOUS DEVEZ VOUS  
PROCURER UN MOULE À  
BAGUETTE.*

PORTIONS : 8  
PRÉPARATION : 15 MINUTES  
TEMPS DE LEVÉE TOTAL : 1H05  
CUISSON : 55 MINUTES



### INGRÉDIENTS

- Un mélange à pain *\*\*La miche Angélique* ou *Le Campagnard*
- 5 ml (1 c. à thé) de levure instantanée
- 360 g (1 1/2 tasse) d'eau à 45 °C (113 °F)
- 30 ml (2 c. à soupe) de sirop d'érable
- 30 ml (2 c. à soupe) d'huile d'olive douce ou de canola
- 1 oeuf moyen, battu (45 g)  
*Vous pouvez omettre l'oeuf, le pain sera tout aussi délicieux, la mie sera simplement un peu moins aérée (version végétalienne)*

### PRÉPARATION

1. Dans un grand bol, mélanger ensemble le mélange à pain et la levure. Ajouter ensuite l'eau, le sirop d'érable et l'huile.
2. Brasser vigoureusement le mélange, soit à la cuiller de bois, au batteur électrique ou encore au mélangeur sur socle, muni d'un batteur plat, à vitesse moyenne, environ deux minutes.
3. Recouvrir le bol d'un linge humide et laisser reposer au four, lumière allumée, pendant 45 minutes. Après ce temps

### CONSEIL PRATIQUE

\* J'utilise le modèle «La Pâtisserie» de chez Linen Chest.  
Fiche du produit

### VARIANTE

*\*\* La miche Angélique* vous séduira par son goût délicat rappelant celui d'une baguette «belge» traditionnelle.

*Le Campagnard*, quant à lui, saura combler les amateurs des pains de types "céréales entières".

*Et n'hésitez pas à ajouter au mélange votre touche personnelle : fines herbes, tomates séchées, olives, graines, noix au goût... pour une baguette hors de l'ordinaire!*

de repos, bien brasser la pâte à la cuiller de bois.

4. Huiler le moule à baguette. Déposer la pâte de façon à former deux baguettes d'environ 28 cm (11 po.) de long. Vous pouvez utiliser une spatule mouillée pour bien former les baguettes.
5. Mettre au four sur la grille centrale avec la lumière allumée, et laisser lever environ 20 minutes. Sans retirer les baguettes, allumer le four à 180 °C (350 °F).
6. Cuire environ 55 minutes, jusqu'à ce qu'elles soient bien dorés.
7. Les démouler dès la sortie du four et les laisser refroidir sur une grille.
8. Après 30 minutes de refroidissement, trancher et savourer!