



- Dans un mortier, hachez grossièrement les amandes.
- Dans un grand bol, mélangez tous les ingrédients secs avec les amandes.
- Ajoutez l'huile de coco que vous aurez fait fondre au préalable 30 secondes à 800 W au micro-ondes. Mélangez.
- Ajoutez l'eau et mélangez à nouveau, à la main ou au robot.
- Versez la pâte dans un moule à cake en silicone ou recouvert de papier cuisson.
- Laissez reposer deux heures afin que le psyllium et les graines de chia absorbent l'eau.
- Préchauffez votre four à 180°C.
- Quand votre four est chaud, enfournez pour 20 mn. Sortez le pain du four, retournez-le sur une plaque de cuisson et remettez-le à cuire pour 35 mn, toujours à 180°C.
- Démoulez à la sortie du four et laissez-le refroidir sur une grille de refroidissement. Donnez quelques tours de moulin à poivre. Servez tiède ou froid.



Si vous ne connaissez pas encore la boulangerie Chambelland et leurs pains sans gluten, allez vite la découvrir. En particulier le pain aux 5 grains est une merveille ! [Cliquez ici pour l'adresse.](#) J'ai de nombreux bocaux en verre dans lequel je stocke mes graines. J'en saupoudre régulièrement sur les salades. J'ai également un bocal "spécial salade verte" dans lequel je mélange (à peu près à doses égales) des graines de tournesol, de courge, des raisins secs sultanes et des pignons de pin. Mettez 2 à 3 c. à soupe de ce mélange dans vos salades vertes, avec quelques herbes fraîches, elles seront bien meilleures ! :-)

Ingrédients pour 8 pers. :

1/2 tasse de graines de tournesol
 1/2 tasse de graines de courge
 1/2 tasse de graines de chanvre
 1/2 tasse d'amandes concassées
 1 tasse de flocons d'avoine sans gluten
 1/2 tasse de flocons de sarrasin
 2 c. à soupe de graines de chia
 3 c. à soupe d'huile de coco fondue
 3 c. à soupe psyllium blond
 1 tasse et demi d'eau
 1 c. à café rose de sel
 Poivre du moulin

Variantes :

Si vous ne trouvez pas de graines de chanvre, remplacez-les par des graines de lin ou de sésame.

Pour une version un peu plus relevée, mettez quelques pincées de piment d'Espelette. Si vous préférez une version sucrée, remplacez le sel par 2 c. à soupe de sirop d'érable ou de miel. Vous pouvez également faire une version nature, sans sel, poivre ou sirop d'érable.

Servez le pain avec du fromage de chèvre, de l'avocat, du beurre salé aux algues de chez Bordier, de la confiture ou de la purée d'oléagineux si vous êtes vegan. Vous pouvez également le servir en petites tranches en accompagnement d'un plateau de fromages (version salée uniquement).

