

Cornbread

au safran et herbes, sans gluten



Cornbread au safran et herbes

Ingrédients pour 1 grand et 6 petits

300 g de semoule de maïs (polenta)
120 g de farine de riz complet
80 g de farine de maïs
3 oeufs
500 g de yaourt de soja + 1 cuillère à soupe de vinaigre de cidre
50 g d'huile d'olive
1 cuillère à soupe de sirop d'agave ou de miel
2 cuillères à soupe de sucre complet
1 cuillère à café de sel de mer
1/2 cuillère à café de poudre de curry
1 belle pincée de safran
2 à 3 cuillères à soupe de graines de pavot
1 cuillère à café de bicarbonate de soude
herbes aux choix, ici : basilic, coriandre et menthe

Préparation

Préchauffez le four à 180° (th. 6).

Dans un saladier, mélangez tous les ingrédients secs : polenta, farines de riz et maïs, bicarbonate de soude, graines de pavot, safran, curry, sel, sucre et herbes hachés.

Puis ajoutez le yaourt préalablement mélangé avec le vinaigre, les oeufs et huile avec le sirop d'agave. Répartir dans un moule à cake et 6 mini cakes (ou muffins). Enfournez pour 30 minutes pour le grand modèles et 15 minutes pour les petits.

On les apprécie tout simplement avec de l'huile d'olive et de la fleur de sel.

Vous pouvez aussi déguster avec un bon beurre de ferme ou en accompagnement de votre plat, une belle salade, de l'houmos ou un guacamole.



SOPHIENATHEBOM.COM

