



Blinis sans gluten

 Tous les ingrédients sont disponibles à la boutique !

Ingrédients :

- 100 g de farine de millet
- 5 g de psyllium
- 5 g de poudre à lever
- 2 œufs
- 100 ml de lait végétal

Préparation :

1. Mélanger la farine, le psyllium et la poudre à lever
2. Ajouter les œufs, bien mélanger.
3. Verser le lait végétal progressivement en fouettant.
4. Laisser reposer 15 à 30 min.
5. Cuire à la poêle bien chaude.



Variante :

A manger sucré ou salé

Retrouvez la recette en ligne

