

Recettes

{{ splat | term }}

Toutes les
recettes

Pain aux céréales, pâte à tartiner chocolatée



Imprimer



Commenter

Préparation: 5

Ingrédients

6

- 1 verre de farine de sarrasin (blé noir)
- 1 verre de graines que vous aurez mixées au préalable et conservées dans un pot en verre (lin, courge, tournesol, chia)
- 1 verre de poudre d'amandes
- 1,5 verre d'eau
- 40g de chocolat noir

- 1 à 2 c. à c. de purée d'amandes complètes
- 1 à 2 c. à c. de poudre d'amandes.

1. Remplissez votre cuve d'1/3 d'eau, allumez le feu. Fermez à l'aide du couvercle.
2. En attendant que l'eau bouille, versez le verre de farine, de graines mixées, de poudre d'amande et d'eau dans un bol. Mélangez. Versez la pâte dans le moule du vitaliseur.
3. Déposez maintenant le panier du vitaliseur sur la cuve et le moule sur le panier. Refermez et patientez environ 1 heure.
4. Pour la pâte à tartiner, déposez les 40g de chocolat noir dans un pot ou ramequin et mettez-le sur le panier du vitaliseur quelques instants pour le faire fondre.
5. Une fois le chocolat fondu, sortez le pot du vitaliseur et incorporez la poudre d'amandes et la purée d'amandes complètes. Mélangez, c'est prêt.
6. N'hésitez pas à ajuster selon vos goûts. (Davantage de chocolat fondu pour une pâte plus onctueuse).
7. Maintenant votre pâte prête et le pain cuit, sortez-le du vitaliseur et une fois refroidi vous pourrez le couper en tranches que vous pourrez faire griller pour une petite touche de croquant.

1 heure top chrono, et si on mettait son réveil un peu plus tôt?

Vous allez aussi aimer ...

Pesto d'orties sauvages

Pavés de bœuf aux échalotes

[Cabillaud aux pleurotes](#)

[Boulettes de sarrasin et tagliatelles de carotte](#)

[Mon compte](#)

[Recettes](#)

[Contact](#)

[CGV](#)

[Newsletter](#)

[+33 \(4\) 94 01 22 61](#)

[Mon compte](#)

[Recettes](#)

[Notre histoire](#)

[Contact](#)

[CGV](#)

[Newsletter](#)

[Facebook](#)

[Pinterest](#)

[Instagram](#)