

Sablés pauvres en gluten

Ingrédients:

1 kg de farine de châtaignes
1 kg de farine de petit épeautre
30g de sel
300g de sucre
1000g de beurre ou margarine ou huile de palme bio

Préparation:

mélanger avec la paume des mains la farine, le sel, le sucre et le beurre (à température) jusqu'à ce que les grains de farine soient enveloppés de graisse. Mettre de l'eau, ¼ de litre environ.
La pâte est prête.

Etaler la pâte sur une plaque avec du papier cuisson avec un rouleau et découpé les formes souhaitée avec du raisin, du chocolat ou d'autres ingrédients,

Si vous ne mettez pas de sucre, vous obtiendrez des sablés salés!.....et vous pouvez vous en servir comme fond de tarte!..

Cuisson à 160°, 20 minutes ou plus si besoin, quand ils sont noirs, c'est qu'ils sont brûlés!!!...

Sablés

Ingrédients:

1 kg de farine
15g de sel
150 g de sucre
500g de beurre ou margarine ou huile de palme bio

Préparation:

mélanger avec la paume des mains la farine, le sel, le sucre et le beurre (à température) jusqu'à ce que les grains de farine soient enveloppés de graisse. Mettre de l'eau, ¼ de litre environ.
La pâte est prête.

Etaler la pâte sur une plaque avec du papier cuisson avec un rouleau et découpé les formes souhaitée avec du raisin, du chocolat ou d'autres ingrédients,

Si vous ne mettez pas de sucre, vous obtiendrez des sablés salés!.....et vous pouvez vous en servir comme fond de tarte!..

Cuisson à 160°, 20 minutes ou plus si besoin, quand ils sont noirs, c'est qu'ils sont brûlés!!!...