

Ma recette de pain d'épices

Ingrédients:

- 250grs de farine de blé à pâtisserie
- 250grs de farine épeautre/châtaigne (produit Bio Carrefour)

OU

- 250grs de farine de blé à pâtisserie
- 150grs de farine de petit épeautre T150 (biocop)
- 100grs de farine de châtaigne (biocop)

- 500grs de miel
- 150grs de vergeoise
- 1/3 litre de lait demi-écrémé
- 1 œuf
- 1,5 cc (cuillère café) de bicarbonate de soude
- 1,5 cc de gingembre en poudre
- 1 cc de cannelle en poudre
- 1 cc de cardamome en poudre
- 1 cc de cumin en poudre
- 1,5 cc de graines d'anis finement écrasées ou en poudre
- 1 cuillère à soupe d'Anis Gras ou de pastis HB
- 1/2 cc de sel fin
- raisins secs (biocop)
- écorces d'oranges confites (biocop)
- amandes grillées

En version "corsée": 2cuillères à café de tous les épices.

Préparation

- Couper les écorces d'orange en petits dés, ajouter les raisins secs et mélanger le tout avec un peu de farine pour rendre non poisseux.
- Faire tiédir le miel au micro-ondes en position décongélation (jusqu'à environ 40°C)
- Mélanger farines + vergeoise + bicarbonate + 1/2cc de sel + épices
- Y ajouter le miel tiède et bien mélanger, puis ajouter le lait tiède et l'œuf battu.
- Mélanger jusqu'à l'obtention d'une pâte épaisse sans grumeaux (consistance d'une pâte à beignet un peu épaisse).
- Laisser reposer qq minutes, puis verser dans 2 moules à cake garnis de papier cuisson en incorporant les raisins et les écorces d'oranges. (Verser lentement 1 couche de pâte puis étaler qq raisins et oranges, répéter l'opération... Terminer par la couche d'amandes du dessus)

Cuisson

- Cuire à four doux, position 4/5 ou 150°C, pendant environ 1h à 1h30 (vérifier la cuisson au couteau).
- Démouler au sortir du four et enlever délicatement le papier cuisson.
- Laisser refroidir et emballer dans du film alimentaire.