



Génoise Nature Sans Gluten

- Les ingrédients en italique sont facultatifs
- cac = cuillère à café = 5 ml, cas = cuillère à soupe = 15 ml

Pour 790 gr soit 1 gén. épais. 3 cm (diam. 27/30 cm)

Temps de préparation : 10 minutes

Temps de cuisson : 20 minutes à 180°



Ingrédients :

- 300 gr de **lait végétal**
- (*uniquement si lait de soja* : 20 gr de **vinaigre blanc** type ménager)
- 60 gr de **farine de pois chiches**
- 60 gr de **farine de maïs** (complète ou non)
- 60 gr de **farine de riz** (complète ou non)
- 110 gr de **fécule** (maïs, pommes de terre, arrow-root, ...)
- 150 gr de **sucre**
- 1 cac de **bicarbonate de soude**
- 40 gr d'**huile**

Préparation :

1. **Mettre** dans un saladier le **lait** (*ajouter le **vinaigre** le cas échéant, et laisser cailler 1 minute*)
2. **Ajouter** tous les **autres ingrédients** et bien **mélanger**
3. **Mettre** dans un moule à tarte de 27/30 cm
4. **Cuire** 20 minutes à 180°
5. **Laisser refroidir** 20 minutes minimum puis **démouler**

Vous obtenez une génoise de 3 cm d'épaisseur environ. Si vous souhaitez 2 génoises de 1,5 cm d'épaisseur, couper la génoise horizontalement en deux à l'aide d'un fil coupe-génoise ou d'une scie à génoise.