

Pan vegano sin gluten

450 ml de agua

3 cucharadas de polvo de cáscara de psyllium

100 gramos (3/4 taza) de harina de trigo sarraceno

100 gramos (3/4 taza) de harina de arroz

100 gramos (1 taza) de harina de garbanzos

40 gramos (5 cucharadas) de harina/almidón de tapioca

1 cucharadita de polvo de hornear

3/4 - 1 cucharadita de sal

50 gramos de semillas de calabaza, O semillas de girasol

Probo: 1 1/2 cucharadita de levadura, para darle sabor

Batir el agua y la cáscara de psyllium en polvo y reservar durante 25 minutos.

Revuelva todos los ingredientes secos. Mezcle la mezcla de psyllium y agua en el seco. Amasar con ganchos de masa o a mano hasta que la masa se junte.

Coloque en una bandeja para hornear cubierta de papel pergamino y hornee a 350F/180C durante 55 - 60 minutos. Enfríe completamente antes de cortar.