

Recette de Nonnettes sans gluten

22 novembre, 2009



Les fêtes de fin d'année arrivent à grands pas. Il faut donc commencer à réaliser des recettes plus festives toujours sans gluten et sans lait. Pour démarrer en douceur, j'ai réalisé des **nonnettes** de Dijon ou de Reims pour les Champenois comme moi.

Les nonnettes sont de petits pains d'épices fourrés à la marmelade d'orange. L'avantage de ces petites douceurs sucrées est que leur parfum peut être adapté à nos envies. Habituellement, les mélanges 4 épices pour pain d'épices contiennent cannelle, noix de muscade, clous de girofle et poivre. Pour moi, le poivre et les clous de girofle seront remplacés par de la badiane et du gingembre. Pour en apprécier toutes leurs saveurs, il est souhaitable de les conserver 1 ou 2 jours avant dégustation.

En regardant attentivement la recette, j'ai remarqué que Monsieur Lefebvre et Utile de la marque LU se sont fortement inspirés des nonnettes pour la création de leur fameux **Chamonix**.

Ingrédients :

Pour 12 nonnettes avec un moule à muffin

- 20cl d'eau
- 200g de miel
- 100g de sucre de canne
- 75g de margarine sans lait
- 1cc de bicarbonate
- 2cc de levure chimique sans gluten
- 200g de farine de riz
- 35g de farine de tapioca
- 40g de féculé de pommes de terre
- 1cc de farine de guar
- 1cc de cannelle
- 1/2 cc de muscade
- 2 pincées de gingembre
- 2 pincées de badiane

Déroulement de la recette :

- Mélanger dans un saladier les farines, les épices, le bicarbonate et la levure
- Faire chauffer dans une casserole l'eau, le miel, le sucre et la margarine jusqu'à complète dissolution du sucre
- Verser le contenu de la casserole sur les farines et mélanger
- Laisser reposer la pâte 2h à température ambiante
- Mettre 2 cs de pâte dans chaque empreinte
- Mettre 1cc de marmelade d'orange au centre de l'empreinte
- Mettre 1/2cc de pâte sur la marmelade d'orange
- Cuire 20 minutes à 200°C (th6-7)
- Laisser refroidir avant de démouler