

L'OMNICUISEUR Vitalité®

Facile, sain et savoureux... au quotidien !



Difficulté : facile



Pour 1 pain



Durée totale : 1h



Temps de préparation : 20 min



Temps de cuisson : 40 min

Matériel :

Vitalité 6000 et sa cocotte de base
+ moule à cake en porcelaine

Ingrédients :

- 200 g d'amande en poudre
- 40 g de farine de noix de coco
- 5 oeufs
- 15 g d'huile d'olive
- 45 g d'huile de coco
- 3/4 sachet de levure chimique sans gluten
- 15 g de miel
- 1 g de sel (facultatif)
- 4 cuillère à café d'eau

Cuisson : 40 min

Inversion à 20 min

HAUT : maxi 20 min puis mini

BAS : maxi 20 min puis mini

Les temps de cuisson du Vitalité 6000 et du Vitalité 5000 sont quasi-similaires. Pour adapter le Vitalité 6000 au 4000, les quantités sont à réduire de moitié. Les temps de cuisson sont similaires. Les recettes du V4000 sont réalisables avec le V3000 car ils ont la même puissance, en revanche le plat du V3000 est légèrement plus petit.

Pain paléo

1 À l'aide d'un batteur électrique, mélangez les ingrédients secs et ajoutez ensuite le reste des ingrédients.

2 Graissez le moule à cake et versez votre préparation.

3 Versez 4 cuillères à soupe d'eau dans le fond de la cocotte et placez-y votre moule à cake.

4 Fermez la cocotte et mettez en cuisson.

Avantage : le pain paléo est excellent le matin au petit déjeuner, vous pouvez y tartiner ce que vous aimez, que ce soit salé ou sucré.

