Fondants sans gluten aux fruits rouges



http://www.lesrecettesdejuliette.fr

Ingrédients, pour une douzaine de fondants

- 100 g. de farine de riz demi-complet
 - 75 g. de farine de coco
 - 10 g. d'arrow-root
 - 1 c. à s. de poudre à lever
 - 40 cl. de lait d'avoine Lima
 - 3 c. à s. d'huile d'olive
- 1 c. à s. de purée d'amande blanche
 - 2 c. à s. de sirop d'agave
 - 1 c. à s. de vinaigre de cidre
- 300 g. de fruits rouges frais (fraises, myrtilles, framboises, groseilles...)

La recette de Juliette

- Préchauffer le four à 180° C.
- Dans un saladier, mélanger les ingrédients secs (farines, arrow-root, poudre à lever). Mélanger.
- Y ajouter ensuite le reste des ingrédients, un à un et dans l'ordre. Terminer par les fruits (les fraises peuvent être coupées en 2 ou en 4 selon leur taille).
 - Verser la préparation dans des caissettes.
 - Enfourner pour 30-35 minutes à 180° C. Vos fondants resteront quelque peu humides, cela est normal. Laisser refroidir sur un grille avant de déguster.
 - Conserver dans une boîte hermétique pendant 2-3 jours.