



Association Luxembourgeoise des Intolérants au Gluten asbl
reconnue d'utilité publique par arrêté grand-ducal du 6 juin 2003

Pain perdu sans gluten

1		œuf
50	ml	lait
1	prise	sel
2	cs	farine sans gluten
4	tranches	pain sans gluten
4	cs	chapelure sans gluten (ou pain sans gluten grillé en miettes)
2	cs	noix de coco râpé
		un peu de beurre
	cc	cannelle
1	cs	sucre

- Battre l'œuf avec le lait et le sel, rajouter la farine (lisser tous les petits grumeaux). Prendre un plat rectangulaire, répartir les tranches de pain et verser le mélange dessus.
- Laisser infiltrer le liquide pendant environ 10 minutes.
- Mélanger la chapelure avec la noix de coco.
- Chauffer le beurre dans une poêle, égoutter les tranches de pain, enduire avec le mélange chapelure / coco et faire frire des deux côtés.
- Mélanger sucre et cannelle et répartir sur les tranches de pain.
Délicieux avec un peu de compote.