



NEDERLANDSE
Coeliakie
VERENIGING

Boekweitbrood

*Vrij van koemelk, kippenei, soja, pinda, noten, gluten, riet- en bietsuiker, gist.
Raadpleeg vooraf uw merkartikelenlijst en/of uw dieetadvies.*

Ingrediënten

- olijfolie om in te vetten
- 200 g rijstmeel
- 200 g volkoren boekweitmeel
- 50 g quinoa óf 50 g amaranth
- 50 g gierstvllokken óf 50 g rijstvllokken
- 2 eetlepels wijnsteenpoeder
- 2 theelepels (brood)zout
- 1 theelepel koud geperste lijnzaadolie
- 4 á 5 dl koolzuurhoudend water

Benodigheden

Oven; vuurvaste, platte (lasagne)schaal; mixer, cake- of broodblik.

Bereidingswijze

1. Zet op de bodem van de oven de schaal met water (dit zorgt ervoor dat het brood straks niet te hard wordt) en verwarm de oven voor op 200°C.
2. Vet het cake- of broodblik in met olijfolie.
3. Meng alle ingrediënten goed door elkaar met een mixer met deeghaken.
4. Doe het deeg in de ingevette vorm en plaats deze onmiddellijk in het midden van de oven op een rooster.
5. Na ca. 50 minuten is het brood klaar!

Eet smakelijk!