

## PAIN D'ÉPICES

### Ingrédients :

- **250 g de farine de seigle**
- **250 g de miel de fleurs**
- **175 ml d'eau (ou eau et jus d'orange pressée)**
- **1 cuillère à café de bicarbonate**
- **10 g d'épices à pain d'épices (cannelle, gingembre, girofle, noix de muscade, anis)**

- ✓ *Préchauffer le four 200°*
- ✓ *Faire chauffer l'eau dans une casserole, quand elle est chaude mettre le miel, bien mélanger pour le dissoudre.*
- ✓ *Mélanger dans un saladier : farine de seigle, bicarbonate et épices.*
- ✓ *Ajouter petit à petit l'eau et le miel sans cesser de remuer (possibilité d'ajouter des écorces d'orange confites).*
- ✓ *Verser dans un moule à cake.*
- ✓ *Baisser le four à 150° et enfourner 50 minutes à 1 heure.*
- ✓ *Démouler quand il est froid.*

Très bon au petit déjeuner - Chantal