

Recette du pain

Ingrédient :

Farine de blé 170 g

Levure de boulanger 3 g

Sel fin 3 pincée(s)

Eau 80 ml

Descriptif de la recette :

- x Mélanger le sel à la farine.
- x Dissoudre la levure avec un peu d'eau tiède.
- x Faire un puits au centre de la farine. Y verser la levure, le reste de l'eau et y incorporer tout doucement à la main la farine avec l'eau. Continuer jusqu'à obtenir une pâte très molle et la verser sur un plan de travail.
- x Puis pétrir la pâte pendant 5 à 7 minutes (prendre la pâte et la rabattre sur elle-même), pour lui donner de l'élasticité et du corps.
- x Donner sa forme au pain et la laisser reposer à température ambiante pendant au moins une demi heure.
- x Poser les pains sur une plaque.
- x Cuire les pains dans un four très chaud(240°C) avec de l'humidité, en passant par exemple les pains avec un pinceau humide.
- x La cuisson pour des pains individuels est d'environ 12 à 15 minutes. Vérifier la cuisson en tapant la base des pains, cela doit sonner creux.

