

Laurencedeplan



Pour faire un beau pain il vous faut:

320g de farine blanche

150g de farine complète(ou autre)

30g de mélange de graines(facultatif)

2 cuillères à café de sel

1 cuillère à soupe d'huile d'olive

1/4 de cuillère à café de levure sèche de boulanger

35 cl d'eau à température ambiante

Dans un grand saladier mélanger les 2 farines, les graines, le sel, l'huile d'olive. Dans un bol, délayer la levure dans les 35 cl d'eau. Rajouter à la préparation. Bien mélanger afin d'obtenir un beau pâton. Filmer votre saladier bien hermétique. Laisser à température ambiante (perso je fais ma pâte que je cuis le lendemain...). Lorsque la pâte est bien montée, fariner un plan de travail, y poser la pâte à pain pour la replier 4/5fois. Former une belle boule. La déposer sur du papier sulfurisé dans une cocotte, en fonte de préférence. Faire des entailles avec un couteau bien affûté. Mettre la cocotte fermée à FOUR FROID, régler à 230°chaleur tournante pour 45 mn. Au bout de 35 mn enlever le couvercle. Et voilà vous avez un pain doré, croustillant et qui se conserve très bien dans un torchon propre.

Bon appétit...

Pour dénicher les dernières idées et rencontrer les passionnés, rendez vous sur zodiosphere.fr