PAIN NOIR

Temps de préparation: 4h 10mn - Temps de cuisson: 35mn - Nombre de portions: 12

Ingrédients:

- 100g Eau
- 15g Levure boulangère fraîche
- 100g Lait entier
- 30g Sucre
- 500g Farine de blé
- 2cs Poudre de charbon végétal
- 3 Oeufs
- 1 Blanc d'oeuf
- 80g Beurre mou
- 2 pincées Sel
- 2cs Graines de sésame

Préparation:

- Peser la farine et y mélanger les 2cs de charbon végétal
- Mettre l'eau, la levure, le lait, le sucre, la farine et les œufs dans le bol PETRIR / 7 MINUTES.
- Ajouter le beurre mou, le sel puis PETRIR 5 MINUTES.
- Transvaser la pâte sur un plan de travail préalablement fariné.
- Ramener les bords de la pâte 3-4 fois vers le centre, la rouler en boule puis la poser dans un saladier beurré.
- Placer un torchon et laisser pousser 1 à 2 heures la pâte doit doubler de volume.
- A la fin de la première pousse, transvaser la pâte sur le plan de travail légèrement fariné puis l'aplatir à la main pour en chasser le gaz.
- Former un long pâton, puis diviser en 12 boules.
- Disposer ces boules, sur deux plaques tapisser d'une feuille de cuisson, en les aplatissant un peu.
- Laisser pousser à nouveau 1 heure.
- Badigeonner les petits pains avec 1 blanc d'oeuf puis parsemer de graines de sésame.
- Cuisson: Enfourner à 210° (chaleur en haut en bas) 30 à 35 minutes. 180° (chaleur tournante 20 à 25 minutes. Sortir les pains et les laisser tiédir.

Démonstratrice Thermomix Veronica Aliquo 079 361 74 46 thermo.aliquo@gmail.com