PETITS PAINS AU NOIX

Temps de préparation: 2h 18mn - Temps de cuisson: 20mn - Nombre de portions: 20

Ingrédients:

- 10g Sel
- 100g Farine de seigle
- 400g Farine de blé
- 25g Levure boulangère fraîche
- 320g Eau
- 70g Noix

Préparation:

- Mettre le sel, la farine de seigle, la farine de blé, la levure et l'eau dans le bol, puis pétrir 7min/pétrissage.

-
Ajouter et pétrir à nouveau 1minute. Transvaser la pâte sur un plan de travail préalablement fariné. Ramener les bords de la pâte 3-4 fois vers le centre et rouler en boule. Poser la pâte dans un saladier, couvrir d'un linge et laisser pousser pendant 1h30 à température ambiante. La pâte doit doubler de volume.
-

Tapisser une plaque de four de papier cuisson et réserver.

-
A la fin du temps de pousse, transvaser à nouveau la pâte sur le plan de travail légèrement fariné. Rabattre la boule de pâte à la main pour expulser le gaz, puis ramener à nouveau les bords de la pâte 3-4 fois vers le centre et rouler en boule.
- Prendre la boule dans les mains et rouler délicatement (les mains doivent passer du dessus au dessous de la boule). La découper en trois pâtons égaux.
- Façonner chacun des pâtons en petits pains allongés et les placer sur la plaque préparée. Faire pousser à nouveau pendant 40 minutes.
-

20 minutes avant la fin du temps de pousse, préchauffer le four à 220° et déposer un petit récipient d'eau à la chaleur dans le bas du four.

-
Grigner la surface des petits pains à l'aide de la spatule et enfourner 40 minutes à 220°.

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