

Paprikas

Cuisine d'ici et d'ailleurs

MKHAMER OU BATBOUT (Pain marocain)



Pour 3 personnes
Préparation : 1h30
Repos : 1h
Cuisson : 5 min

Ingrédients :

- 200 g de farine T45
- 50 g de semoule fine
- 8 g de levure boulangère fraîche ou 1 càc de levure sèche
- 160 cl d'eau tiède

Préparation :

Effritez la levure dans un petit récipient et la diluer avec une cuillerée d'eau prélevée dans la dose tiédie. Mettre la farine sur le plan de travail, faire une fontaine et y mettre la levure diluée, le sel et l'eau tiède. Pétrir à pleines mains en amalgamant le tout puis pétrissez pendant 10 mn maximum. Si vous trouvez la pâte trop collante, ajoutez un peu plus de farine blanche et si elle est trop dure ajoutez un peu plus d'eau tiède. Tout dépend de la qualité de la farine et de la semoule. Dans cette recette la pâte doit être ni collante ni dure.



Confectionnez 6 petites boules de pâte sur une surface farinée avec la semoule, Aplatis avec la main chaque boule de pâte afin d'obtenir un rond de 1 cm d'épaisseur, puis couvrir avec un linge et laisser lever pendant 1h-1h30.

Dans une poêle chaude à fond épais, versez quelques gouttes d'huile ou une noisette de beurre ou à sec, et faites cuire les pains des deux côtés jusqu'à ce qu'ils deviennent dorés. Servir les pains chauds ou tièdes.

www.paprikas.fr