

Fées Mains by Marjorie



Pain complet Cocotte :

Les ingrédients : 500g de farine complète – 1 sachet de levure de boulanger déshydratée – 1 Càs de sel – 35cl d'eau tiède

La veille : Dans un saladier, verser la levure de boulanger dans l'eau tiède et la laisser se réactiver. Mélanger puis ajouter la farine.

Faire un petit puits sur le haut du tas de farine pour ajouter le sel et recouvrir de farine. Mélanger la préparation avec une cuillère en bois en partant des bords du saladier pour que le sel ne se mélange à la préparation qu'au dernier moment. Ajouter un peu d'eau si besoin pour obtenir une pâte humide et collante.

Recouvrir le saladier d'un linge et laisser pousser la pâte pendant 12h.

Le lendemain : Enfourner la cocotte et son couvercle à vide en préchauffant le four à 240°C.

Lorsque le four est chaud, retirer la cocotte et déposer à l'intérieur une feuille de papier cuisson. Déposer la boule de pâte et fariner le dessus puis faire, à l'aide du dos d'un couteau, un quadrillage sur le dessus du pain.

Fermer la cocotte et enfourner pendant 30mn sans ouvrir la cocotte puis maintenir la cuisson à découvert 10 à 15mn selon la cuisson souhaitée.

Déposer le pain sur une grille à pâtisserie avant de le déguster froid ou tiède.

Fées Mains by Marjorie
<http://creationsdemarjo.canalblog.com>