

LAZY LOAF "CHANVRE"

Pour 1 gros pain (moule de 28 x 13 cm)

Préparation : 5 min

Cuisson : 40 min environ



150 g de farine T110

250 g de farine T65

100 g de farine de chanvre

1 cuillère à café de sel de mer

1 cuillère à soupe de sucre blond de canne

2 cuillères à café de bicarbonate de soude

250 ml de lait fermenté

300 ml d'eau

5 cuillères à soupe de graines de chanvre décortiquées

1 cuillère à soupe de graines de lin doré

Mélanger les ingrédients pulvérulents.

Ajouter le lait fermenté, puis l'eau jusqu'à obtenir une bouillie épaisse.

Ajouter 4 cuillères à soupe de graines de chanvre décortiquées dans la pâte et mélanger à nouveau rapidement.

Verser dans un moule à cake légèrement huilé.

Parsemer le dessus de la pâte de la dernière à soupe de graines de chanvre décortiquées et de graines de lin.

Faire cuire 40 min environ jusqu'à ce que le pain sonne creux quand on tape dessus et qu'un bâtonnet en bois ressorte sec.

Laisser refroidir 5 min dans le moule avant de démouler sur une grille pour qu'il refroidisse. Découper des tranches épaisses et le déguster grillé, parce qu'il est meilleur ainsi !