

Autour de ma table

Torsades au sésame



Ingrédients:

- 500 g de farine boulange type 55
- 320 g d'eau
- 1 sachet de mixes pains Gourmandises GD
- 1 verre doseur de graines de sésame
- 2 cuillère à soupe d'huile d'olive (ou huile de sésame)
- Graines de sésame pour la décoration

Dans le bol l'eau et la levure, préchauffer **30 sec/40°C/vit2**.

Incorporer la farine et les graines de sésame. Pétrir **1 min 30/fonction pétrin**.

Verser l'huile en même temps.

Retourner le bol dans un cul de poule, fariner légèrement la pâte et bouler.

Filmer le cul de poule et laisser doubler de volume.

Préchauffer le four à 240°C – th 8.

Placer la toile Silpain sur la plaque alu perforée. Rabattre la pâte sur le plan de travail fariné ou sur la Roul'pat.

Dégazer la pâte et partager en 6 pâtons. Façonner et étirer les pâtons assez longs comme des ficelles.

Réaliser des torsades en laissant les pointes libres.

Effiler les pointes et couper en 2 aux ciseaux.

Vaporiser d'eau les torsades et parsemer de graines de sésame, appuyer.

Laisser lever sous un torchon propre.

Enfourner 25 à 30 min selon le four.