



Cuisine et
dépendances

Pain au curry et graines de tournesol



Cette recette est tirée du livre de Rébecca Pugnale : Pour le Plaisir de recevoir, 100 recettes plaisirs à la machine à pain, aux éditions Romain Page. Les recettes de ce recueil sont somme toute assez simples : de l'eau ou du lait, de la farine spécial pain, de la levure, du sel et selon la recette des graines et/ou des épices.

Ingrédients (pour un pain de 800g):

- 300 ml d'eau
- 1 cuil à soupe d'huile
- 1 cuil à café de sel
- 1 cuil à soupe de sucre
- 1 cuil à soupe d'huile
- 500 g de farine de de blé T55
- 1 cuil à café de curry
- 1/2 sachet de levure de boulanger

Après le "bip"

- 50 g de graines de tournesol

Préparation :

Introduire tous les ingrédients dans la cuve de la machine à pain dans l'ordre indiqué ci-dessus (sauf les graines de tournesol).

Activer le programme pain normal, croûte claire.

Au bip, ajouter les graines de tournesol.

Une fois que le pain est cuit, retirer la cuve de la MAP et tapoter dessus pour faire sortir le pain.

Laisser refroidir sur une grille : le pain sera plus croustillant.

Ce pain se marie très bien avec les plats épicés

Le 24 Juillet 2009 – Par Gaëlle – Cuisine et dépendances

Lien : <http://gainthekitchen.canalblog.com/archives/2009/07/24/index.html>