



Petits pains délicieux naturels ou en sandwichs!

(pour 10 petits pains)

Ingrédients :

550g farine
355ml eau (j'ai mis 200ml lait/155ml eau)
30ml huile végétale (tournesol-colza-carthame)
3cc levure sèche instantanée 20 grammes de levure fraîche
1 1/2cc de sel
1cc de sucre

Préparation :

Dans un saladier ou le bol du robot, mélanger la moitié de la farine, le sucre et le sel. Délayer la levure dans le lait tiède. Creuser un puits au centre verser l'huile, le lait et l'eau. Mélanger pour bien amalgamer tous les ingrédients. Pétrir en incorporant petit à petit la farine restante jusqu'à ce que la pâte forme une boule qui se détache des parois du bol. Verser sur un plan de travail légèrement fariné, pétrir environ 8-10min: la pâte devient souple, lisse et élastique. Remettre la pâte dans le saladier huilé en la tournant pour la recouvrir d'huile, couvrir avec un linge propre et laisser lever environ 1h.

Dégazer la pâte en appuyant au centre, la verser sur le plan de travail fariné. Diviser en 10 morceaux de même poids (environ 100g). Bouler chaque morceau régulièrement et déposer sur la plaque du four tapissée de papier sulfurisé en veillant à laisser de l'espace entre chaque boule.

Couvrir et laisser lever environ 45min.

Cuire au four préchauffé th6-7 (200°C) pendant une vingtaine de minutes jusqu'à coloration dorée. Refroidir sur une grille.

