

Recette du pain

1 kg de farine aux céréales de la marque L....DEL je sais pas si vous avez ce magasin par chez vous !!! 700 ml d'eau ,un peu d'huile d'olive et 2 sachets de levure spécial pain qu'on trouve en grande surface , vous malaxez tous cela pour avoir une belle pâte non collante au besoin vous rajoutez de la farine blanche ordinaire vous divisez la boule en deux vous là mettez dans deux paniers en osier et vous laissez gonfler au moins deux heures dans un endroit chaud , ensuite vous retravaillez la pâte vous divisez la pâte du panier en 2 et vous remplissez 2 moules en alu ,

Ce qui vous fait 4 pains

vous laissez encore lever 2 heures dans un endroit chaud ,

et ensuite au four th 7 , 8 pendant 30 minutes environs ,

en les sortant du four vous tapez en dessous si cela sonne creux

c'est bon !!!

et ensuite je les congèle j'ai donc mon pain pour la semaine

moi perso j'utilise toujours 1kg 500 de farine céréales cela me donne donc 6 pains ,

tout juste pour mettre au four 3 moules par grille