

PAIN AUX 2 GRAINES DE LIN



Ingrédients:

- 650 g de farine "fleur de boulange"
- 2 sachets de levures Gourmandises Pains
- 350 g d'eau à température bébé
- 50 g de graines de lin doré
- 50 g de graines de lin brun

Au robot ou en MAP ou à la main, mélanger la farine avec la levure. Ajouter l'eau progressivement. Pétrir en incorporant les 2 graines de lin. La pâte se détache, couvrir le bol de film alimentaire. Laisser lever au moins 20 min.



Rabattre sur le plan de travail fariné. Partager en 2. Partager un pâton en 3, bouler chaque morceau et placer dans le moule à cake (petit). Former 2 boudins avec le pâton restant. Placer dans un autre moule à cake.

Laisser lever à nouveau 20 min à couvert. Pendant ce temps, préchauffer le four Th8 soit 240°C.

Placer un récipient d'eau sur la sole du four.

Enfourner et cuire au moins 25 min en vaporisant d'eau de temps en temps.

