

Pain Complet « Rapide »



Calie Cuisine

Type : Boulangerie & Cie

Difficulté : Facile

Durée : 5 min. + 1h

Ingrédients :

320g d'eau

25g de levure boulangère fraîche

500g de farine complète

1 c.a. café bombée de sel fin

Préparation : avec ou sans Thermomix TM 31

- ✓ Verser l'eau dans le bol avec la levure émiettée, et régler 2min/37°/vitesse 2.
- ✓ Ajouter le reste des ingrédients et pétrir 2min30/ bol fermé/ pétrin.
- ✓ Sortir la pâte du bol, la mettre dans un moule à cake (ou un saladier) et faire lever toute la nuit... (si vous êtes pressé mettre au four à 50° pendant 30 min).
- ✓ Cuire ensuite 30 min à 200° (ther.5-6).

Cette recette est bien sûr réalisable sans Thermomix, avec une machine à pain ou tout simplement à "l'ancienne" avec vos deux mains !!

Pour le respect de mes recettes merci de ne pas les publier sous votre pseudo.

<http://caliecuisine.canalblog.com>